以现代手法诠释千年密教经典

图解经典 02

图解 西藏生死书

认识生命轮回与解脱之道

莲花生大师 ◎ 原著



我们每个人
面临自我或亲人死亡时的解脱之书

- 死后我们的意识将往何处去？
  亲友的大限就在眼前，除了悲痛我们还能做些什么？
- 死后七七四十九天中阴旅程的行动指南
- 200幅精美手绘插画、150张简化图表，为您重新演绎
  一千二百年前的藏传佛教生死学经典巨著
  为您详细解构死后中阴世界的玄机与奥秘

达赫 ◎ 释著

陕西师范大学出版社

VISIT…

LANZAROTE Caliente.com

本书的原则与特点

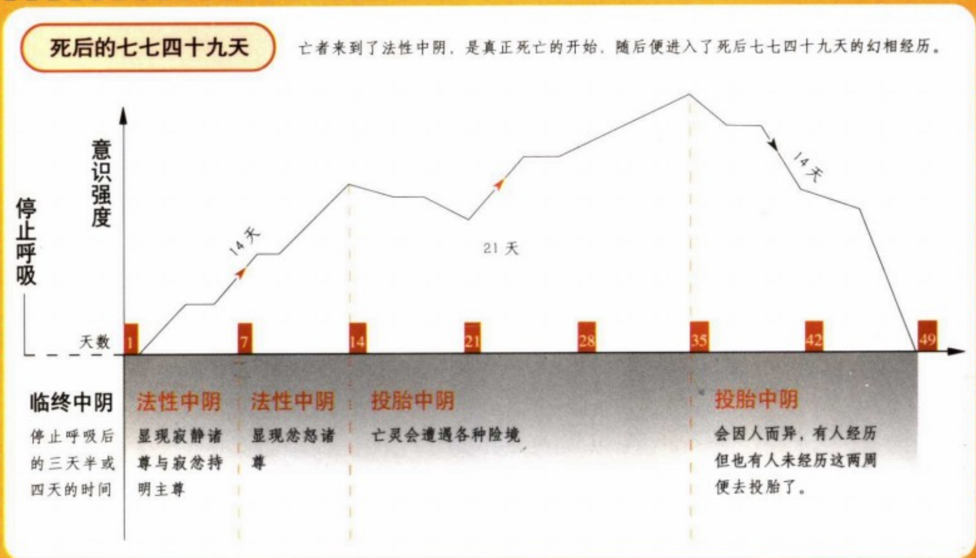
本书最大难度：准确的文字阐释，既要做到忠实原经内容，又要适合当今读者阅读习惯；

本书的核心：生动的图解说明，全新的图解方式为您解构抽象难懂的中阴教法；

本书所作的人文努力：精美的佛像插画，为您带来具体的形象感知和视觉的审美享受。

本书最想告诉你：死亡并不意味着一切的结束，死亡应该被视为一个脱离生死与轮回的契机。这部古老的经典巨著《西藏生死书》将指导我们通过读诵和聆听的方式来了悟生死的本质，洞悉中阴世界的幻相与机遇，最终实现圆满而自在的解脱。

本书最值得推荐之处：将复杂的四十九天中阴历程简化为实用的“亡灵自助游”。



建议上架类别：健康 养生 人文

ISBN 7-5613-3364-1

9 787561 333648 >

ISBN 7-5613-3364-1/K·248

定价：68元

图书在版编目（CIP）数据

图解西藏生死书／莲花生大师原著；达赫释著.

—西安：陕西师范大学出版社，2006.8

ISBN 7-5613-3364-1

Ⅰ.图… Ⅱ.①莲… ②达… Ⅲ.藏族—死亡哲学—图解

Ⅳ.① K281.4-64 ② B086.64

中国版本图书馆 CIP 数据核字（2006）第 084218 号

图书代号：SK6N0860



图解经典系列

丛书主编／黄利　监制／万夏

项目创意／设计制作／紫圖圖書 ZITO®

特约图文编辑／李钢　王赛男

插画／睿达点石书装　王新利

图解西藏生死书

莲花生大师／原著　达赫／释著

责任编辑／周宏

出版发行／陕西师范大学出版社

经销／新华书店

印刷／北京朝阳新艺印刷有限公司

版次／2006 年 8 月第 1 版

2006 年 8 月第 1 次印刷

开本／787 × 1092 毫米　1/16　19 印张

字数／150 千字

书号／ISBN 7-5613-3364-1/K · 248

定价／68.00 元

如有印装质量问题，请寄回印刷厂调换

B946.6/14
2006

图解经典 02

200幅精美手绘插画　150张简化图表
为您详细解构
死后中阴世界的玄机与奥秘

图解西藏生死书

认识生命轮回与解脱之道

莲花生大师／原著
达赫／释著



陕西师范大学出版社

出版序

“生死”命题的另类解读

“生存还是死亡，这是个问题。”这句经典的台词出自英国大戏剧家莎士比亚著名的悲剧《哈姆莱特》，同时也为世人留下了一个永恒的“哈姆莱特式命题”。关于生与死的命题，古今中外无数先哲圣贤都做过见仁见智的探讨，而其中对中国人思想影响最为深远的，莫过于儒、释、道三家。

儒家讲究“生死有命，富贵在天”，其生死观中所重视的是生前，而非死后。孔子说：“未知生，焉知死。”儒家主张人的生命虽然有限，但是却可以通过道德学问的修养使精神达到永存和不朽。只要人在活着的时候尽自己的最大努力为社会服务，那么当他离开人世的时候也可以安详自在、无愧无悔了。道家的生死观讲究的是“生死气化，顺应自然”。他们将生和死都视为一种自然现象。老子认为，如果人不太重视自己的生命，反而可以较好地保存自己的生命。庄子认为生、老、死都是自然而然的，死不过是安息，生死无非是气之聚与散。无论是儒家的重生轻死思想，还是道家的轻生轻死主张，都教导人们要不畏死亡、藐视死亡。尤其是儒家的生死观直接孕育了国人“人生自古谁无死，留取丹心照汗青”的民族气节，千百年来其进步意义不可低估。

不畏死亡是好的，然而儒道两家的生死观又未免过于忽视死亡了。不了解生死的本质，不在生时认真思考死亡的意义，这实际上也是对死的不负责任。从这一点来看，佛教的生死观似乎更胜一筹。佛教讲究“明心见性”、“见性成佛”，认为人世是充满各种苦难的苦海，人们因为“无明”的缘故而在苦海之中备受折磨。其实佛性是人人皆有的，这种佛性便是每个人的本心。如果一个人能够洞彻自己的本心，就可

以显露出佛性，进而达到超越生死的成佛之境。如此看来，佛教生死观的着眼点不止在于生前，也不止在于死后，而是在于生命个体的永恒归宿；它不是一味地重生轻死，也不是简单地轻生轻死，而是教导我们如何最终超越生死。

正是基于以上理由，我们虔诚地将这部藏传佛教关于死亡与解脱的传世经典《中阴闻教救度大法》（本书为方便读者理解，一般采用其更通俗的名称——《西藏生死书》）整理图解并出版。本书在详细介绍中阴世界的种种景象与对策的同时，也在向我们传达：我们确实可以在有生之年来为死亡预做准备。世人不应再继续持有那种对于死亡的无知和偏见，在突然袭来的死亡面前，恐惧、伤感与束手无策也绝不应是世人唯一的选择。我们不必等到所爱的人在死亡的边缘痛苦挣扎时才惊恐地意识到死亡的真实存在，也不必等到自己大限已至之日再去茫然被动地面对未知。我们应该活在当下，把握今天精进修行，深入观察万物无生无灭的本质，如此方能获得生命无常和无我的觉悟，在当下了脱生死，达到超越生死的成佛境界。

为了使这部古老经典的精髓得以最充分地展现，我们精心设计制作了数百张插画和图表，并在正文之后配合以生动具体的心理辅导。无论你的信仰如何，相信都可以在这本书中获得智慧的启发。对于亡者而言，它是破除无明业障、走向解脱之路的指路明灯；而对于我们生者来说，这种对于死亡的思考与探讨也将有助于我们更深刻地理解生，使我们学会在琐细平凡的日常生活中体悟妙道，永怀一颗平常之心去看待人世间的悲欢与得失。这样，生存与死亡都将不再成为问题。

目录

序："生死"命题的另类解读 /2

如何阅读本书 /8

死亡历程的指引地图 /12

PART 1 打开解脱之门：你必须了解的

1 关于死亡的心灵指导教法：西藏生死书 /20

2 这部经的渊源：莲花生大师与西藏掘藏师 /21

3 这本书所能带给你的：从容面对死亡 /22

4 生命的奇观：中阴与中阴的类型 /24

5 生前、临终、死后：密宗的解脱之道 /28

6 解脱后的成佛之地：净土 /30

7 中阴世界的主角：意识 /34

8 生命中的杂质与中阴世界的最大影响力：业力 /36

9 中阴身的遭遇：光、色、声 /38

10 死亡路上的神祇：寂静尊、寂忿尊、忿怒尊 /40

PART 2 死亡的那一刻：临终中阴

1 临终者家人和诵经者必知：《中阴闻教救度大法》的诵读方法与步骤 /44

2 临终者死前那一刻的第一法文："皈敬文" /48

3 生命结束时：四大分解 /52

4 解脱的良机：第一明光的出现 /58
5 获得解脱必经的秘密通道：生命之风 /60
6 将意识引向净土的最殊胜法门：破瓦法 /62
7 “昏迷状态”怎能看到明光：临终者的三种意识 /66
8 领悟明光的密技之一：大手印 /68
9 领悟明光的密技之二：空性与心灵的合二为一 /70
10 领悟第一明光失败后：
意识脱离身体进入“净幻身”状态 /76
11 解脱的第二次良机：领悟第二明光 /80
12 领悟第二明光的关键：母子实相的相遇 /82
13 领悟心念本性的时刻：红白明点在心轮相遇 /84
14 觉悟死亡的最佳方法：禅定 /86
15 临终中阴：即身成佛的最佳机会 /90

PART 3 内在的光芒与晦暗：法性中阴

1 真的死了：开始了七七四十九天的死后历程 /96
2 进入法性中阴前读诵者要做的：
对亡灵的重要提示 /102
3 生命元素再一次显现：五蕴与四大的显现 /104
4 法性中阴的幻相：陆续显现的诸神祇 /106
5 第一天的幻相：与大日如来佛父佛母的相遇 /110
6 第二天的幻相：金刚萨埵阿閦如来佛父佛母相遇 /118

7 第三天的幻相：与宝生如来佛父佛母相遇 /128
8 第四天的幻相：与阿弥陀佛父佛母相遇 /138
9 第五天的幻相：与不空成就佛父佛母相遇 /148
10 第六天的幻相：寂静诸尊的显现 /158
11 第七天的幻相：诸持明主尊的显现 /172
12 第八天的幻相：大光荣赫怒迦佛父佛母的显现 /180
13 第九天的幻相：金刚部赫怒迦佛父佛母的显现 /186
14 第十天的幻相：宝部赫怒迦佛父佛母的显现 /188
15 第十一天的幻相：莲花部赫怒迦佛父佛母的显现 /190
16 第十二天的幻相：业部赫怒迦佛父佛母的显现 /192
17 第十三天的幻相：遇见忿怒诸女神 /194
18 第十四天的幻相：遇见四位守门女神与二十八位瑜伽女 /200
19 最后阶段的总结：影响中阴处境关键是生前修行 /208

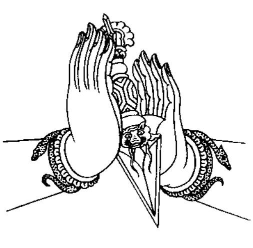
PART 4 选择，轮回与解脱：投胎中阴

1 进入充满痛苦与折磨的投胎中阴前：
对重新具备感官知觉亡灵的三个重要叮嘱 /214
2 超常的本领：神通 /218
3 投胎中阴的考验：七种险境幻相 /222
4 大审判开始了：善恶的冥界审判 /228
5 如何面对审判：一切都是空性 /232
6 面对贪欲与嗔恨念头的态度：心存喜悦与善念 /236

7 轮回六道业力的诱惑：
前生身形的微弱，来生身形的明显 /240
8 如何抵制六道诱惑和避免投胎转世：关闭胎门 /242
9 如果无法阻止投胎轮回：教导亡灵慎选胎门 /250
10 进入轮回的世界：六道景象 /252
11 不停的逃亡：索命鬼卒催逼入胎 /254
12 对付索命鬼卒：五种必胜法门 /256
13 最后的选择：转识前往清净佛土 /258
14 真的要投胎了：审慎选择胎门 /260
15 入畜生道时怎样转生人道：
逆转情势的最后法宝 /262
16 总结一：根器差别的六种解脱层次 /264
17 总结二：聆听是获得解脱的关键 /266
18 总结三：给亡灵家属和读诵者的最后嘱托 /268

PART 5 附录

《中有闻教得度密法》原文 /270



如何阅读本书

本节主标题
本节所要探讨的主题

篇名与序号
本书每章节分别采用不同色块标识，以利于读者寻找识别。同时用醒目的序号提示该文在本章下的排列序号。

相关经文
可到附录查找本章相关经文。见附录“《中有闻教得度密法》原文对照。”

临终中阴

8

本章相关经文
268-272页

领悟明光的密技之一
大手印

当根本明光显现的时候，只要临终者能够达到大手印至高无上的领悟状态，就可以轻松获得解脱。

在四大分解的过程中，临终者可以依靠自己的力量或者借助于他人的帮助来逐一诊断死亡的征候，进而适时地启动破瓦法。在这个时候，上师要在一旁为其读诵下面的诵文，以坚定临终者通过死亡的过程来证悟解脱的信念，并指导临终者要将根本明光体认为法身，以利益一切有情众生为根本出发点，专心体悟纯净、空明的本自心性，进而达到大手印至高无上的领悟状态。

诵文的内容如下：

尊贵的某某，世间所谓的死亡现在就要到来了。您必须采用这样的态度：我已经来到死亡的这一刻，现在透由死亡过程来追求证悟的心灵状态。并以亲切与慈悲的态度来获得完美的智慧，如宇宙般无限量，所有一切都是为了利益有情众生。以这样的态度，在特别的时刻，为了有情众生服务。我将认知“死亡明光”(即根本明光)就如同“法身”，并在这种状态下获得体悟至高无上的“大手印”。即使无法达到这样的境界，我将领悟中阴状态就是如此。在中阴状态下识认“不可分割的大手印”。我愿意为帮助众生而努力，如宇宙般无限量，以各种方式帮助他们。

保持这样的态度不变，您必须牢记并且实践过去您所接受有关禅定的种种训练。

注意：如果临终者是师兄或师姐，应该直呼其名。

● 空性大手印

大手印(the Great Symbol)是藏传佛教噶举派的教义之一。他们主张通过禅修来平静自心，进而关照自心，发现心灵的本质。

如果心灵是平静的，那么一切都会简单；如果心灵不平静，简单的事也会变得复杂。所以平静烦恼心是证悟大手印的第一步。在心灵达到平静的阶段之后，就要努力使心灵专注于一境，不趋散乱，不起分别，这样，平静的心灵将进一步进入清明、犀利的状态。当我们凝视一个物体时，发现物体并不存在。因为物体是以心而现的，所以当我们凝视心灵时，就会发现心灵其实也不存在。当我们证悟到心的实体性即为空性时，就是获得了大手印的领悟状态。

大手印代表了圆满的、涵盖一切的法门。

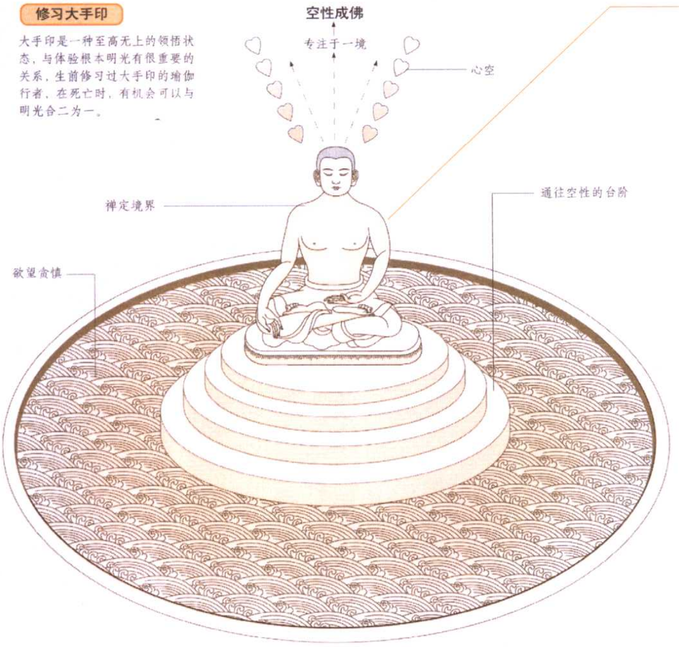
68

图解标题
针对内文所探讨的重点图解分析，帮助读者深入领悟。

插图
较难懂的抽象概念运用具象图画表示，让读者可以尽量理解原意。

修习大手印

大手印是一种至高无上的领悟状态，与体验根本明光有很重要的关系，生前修习过大手印的瑜伽行者，在死亡时，有机会可以与明光合二为一。



生前领悟空性者（瑜伽修行者）		体验空性者（临终者）
大手印至高无上的领悟状态	＋	死亡明光（根本明光就如同法身）

↓

不可分割的大手印
与明光合二为一

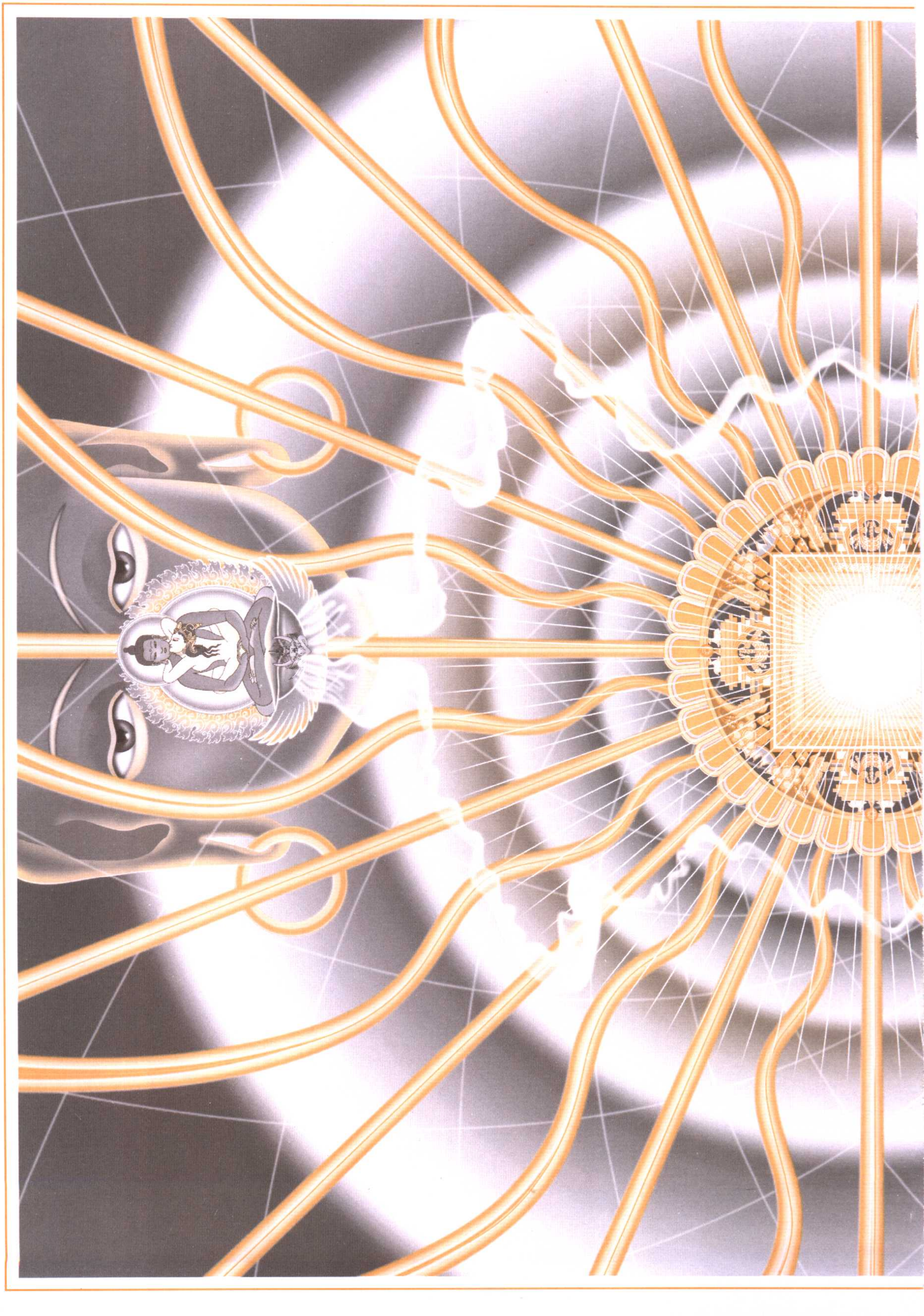
图表
将隐晦、生涩的叙述，以清楚的图表方式呈现。此方式是本书的精华所在。

名词解释

三宝

三宝就是佛法僧，因为在佛法僧中，能够产生无量的功德，发挥无尽的妙用。佛法与僧的功德妙用，是通于世出世间的，所以称之为三宝。通过这三宝的化导，可以使人平安地在人间生活，更可使人在人间离苦得乐。所以三宝是超出于众宝之上的众宝之宝。

名词解释
本书的名词及概念的解说。

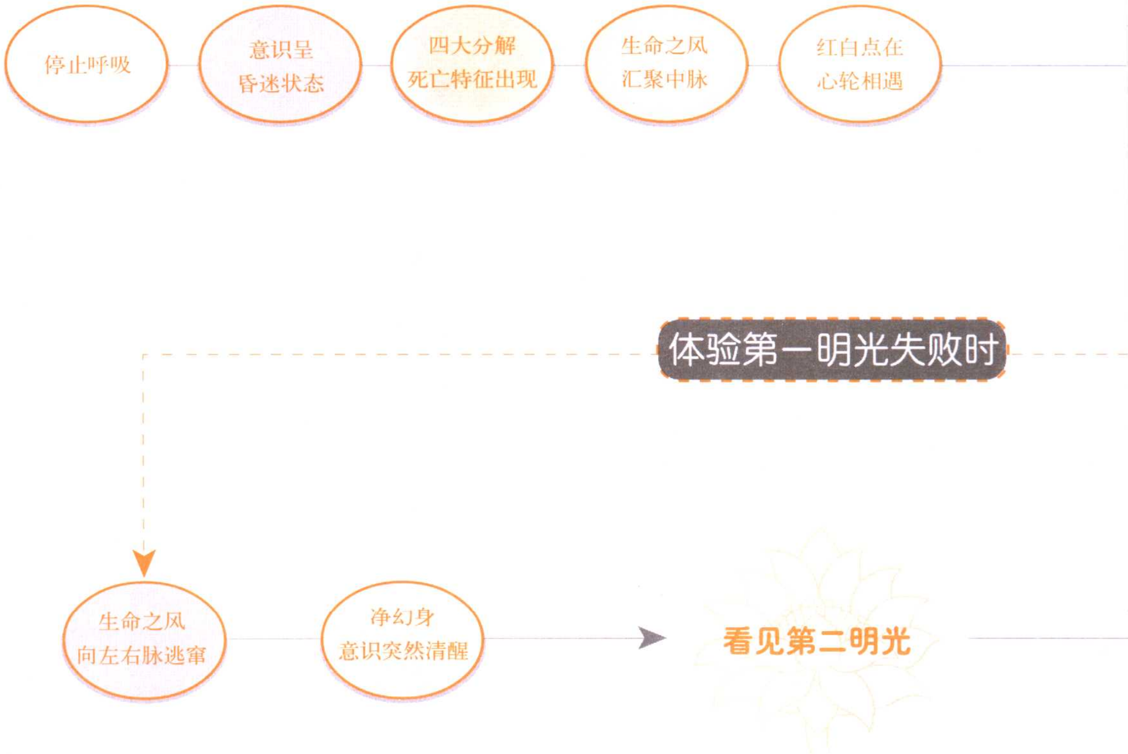


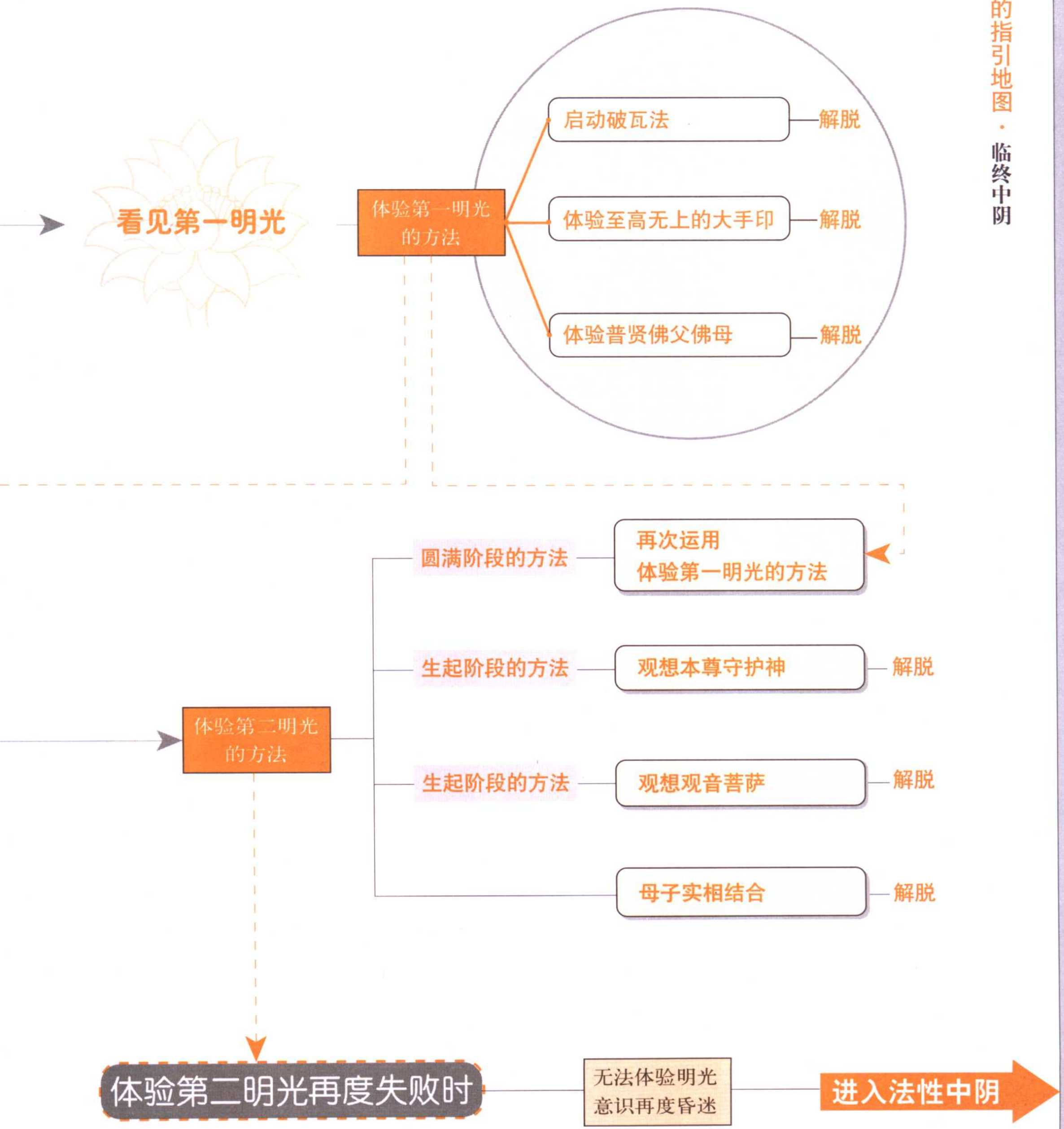

整个宇宙都在等候你的解脱·因为那也是它的解脱

阅读本书的工具

死亡历程的指引地图

人们都是希望长生不老的，但死亡不会因人们的惧怕而消失，这是最基本的常识。现代科技的进步，可以减轻许多人临终时的痛苦，但绝不能使人长生不死。有生必有死，其实死亡就如同推开一扇门进入不同于我们的另一个世界而已。《中阴闻教救度大法》这部古老的经典为临终者详细记录了死亡历程所遭遇的种种景象，并为亡者指引了一条脱离轮回获得解脱的道路。现在我们将通过以下六页的图示，让读者清楚地掌握死亡经历的三阶段（临终中阴，法性中阴，投胎中阴）的全部过程。




看见第一明光
体验第一明光的方法
启动破瓦法
解脱
体验至高无上的大手印
解脱
体验普贤佛父佛母
解脱
圆满阶段的方法
再次运用体验第一明光的方法
生起阶段的方法
观想本尊守护神
解脱
生起阶段的方法
观想观音菩萨
解脱
母子实相结合
解脱
体验第二明光的方法
体验第二明光再度失败时
无法体验明光意识再度昏迷
进入法性中阴

法性中阴

昏迷三天半到四天后，意识再度醒来

意识体
（意识完全离开身体）

业力作用开始
经历十四天业力幻景

寂静尊幻相

前六天

	第一天幻景	第二天幻景	第三天幻景	第四天幻景	第五天幻景	第六天幻景
遇见的神祇	寂静尊2位 大日如来 金刚虚空佛母	寂静尊6位 金刚萨埵 阿閦如来家族	寂静尊6位 宝生如来家族	寂静尊6位 阿弥陀佛家族	寂静尊6位 不空成就家族	寂静尊42位 寂静尊＋寂静部尊者
显现的光芒	蓝色的 法界智光 白色的 天道柔光	白色的 大圆镜智光 模糊的 地狱道柔光	黄色的 平等性智光 柔和的 人道蓝光	红色的 妙观察智光 柔和的 饿鬼道黄光	绿色的 成所作智光 柔和的 阿修罗红光	42位神祇的 智慧光 六道的 虚幻光芒
两种选择	到达中央净土 投生天道	到达东方净土 投生地狱道	到达南方净土 投生人道	到达西方净土 投生饿鬼道	到达北方净土 投生阿修罗道	到达五方佛净土 投生六道轮回

忿怒尊幻相

第二周

寂忿尊幻相

第七天 幻景	第八天 幻景	第九天 幻景	第十天 幻景	第十一天 幻景	第十二天 幻景	第十三天 幻景	第十四天 幻景
寂忿尊 10 位 持明主尊	忿怒尊 2 位 大光荣 赫怒迦	忿怒尊 2 位 金刚部 赫怒迦	忿怒尊 2 位 宝部 赫怒迦	忿怒尊 2 位 莲花部 赫怒迦	忿怒尊 2 位 业部 赫怒迦	忿怒尊 16 位 高丽女神 琵萨希女神	忿怒尊 34 位 4 位守门护法 28 位瑜伽女 大黑天 阎魔法王
持明主尊的智慧光 柔和的畜生道绿光							
到达持明主尊净土 投生畜生轮回	可证得报身佛果 第九天考验	可证得报身佛果 第十天考验	可证得报身佛果 第十一天考验	可证得报身佛果 第十二天考验	可证得报身佛果 第十三天考验	可证得报身佛果 第十四天考验	至达中央净土 进入投胎中阴

投胎中阴

意识再度昏迷

拥有身躯以及完备的感官意识

七种考验

1	拥有神通力可到达任何地方	对策① 不要贪念执着	对策② 祈求上师的庇护
2	遭遇七种情境	①看到亲人哭泣得不到回应	②亡灵如羽毛般随着风飘零
3	冥界审判	①司善与司恶之神的审判	②阎罗法王持业镜审判
4	观看自己葬礼而产生嗔恨心	①以动物为祭祀品	②看见遗产被分配
5	六道业力前来诱惑亡灵去投胎转世	六道光芒诱惑投胎 ➤	阻止走向胎门
6	索命恶鬼前来复仇	对策① 观想诸圣尊	对策② 大手印法
7	破瓦往生或投胎人道	破瓦法成功可去三类净土 ➤	破瓦法失败可去投胎人道 ➤

对策③
观想观音菩萨

③猛烈业风与黑暗吼声

④被追杀的幻境

⑤快乐幸福的感受与无乐无痛的感受

⑥飘零的意识体承受片刻都无法休息的痛苦

⑦想要寻求一个躯体

③察觉诵法不当

五种闭胎法 ➤ 关闭胎门失败投胎景象显现前

选择正确胎门的方法

对策③
观修如幻不实

对策④
观想观音或本尊守护神

对策⑤
观修马头明王

投胎人道的方法



Part 1

打开解脱之门　你必须了解的

临终者进入死亡历程之前，必须了解这次由死亡到转世的过程，其实只不过是从一个世界到另一个世界的“旅行”而已，在这个“旅行”中亡者会经历各种各样的险境。面对这种种幻景的出现，亡者千万不要惊恐，因这一切只不过是你生前业力的影响而出现的幻相罢了。只要你安住心念，仔细聆听上师的诵读和指导，便会安然渡过死亡历程，脱离轮回，获得解脱。

本篇图解

面对死亡 /23
中阴的含义 /25
生活中常见的中阴 /25
中阴的类型 /25
三种解脱路径 /29
三种美好净土 /31
死亡状态的意识经历 /35
死亡状态的业力变化 /37
死亡状态声光色的变化 /38
法性中阴中的 112 位神祇/41

关于死亡的心灵指导教法

西藏生死书

《西藏生死书》是一部西藏密宗关于生死的经典著作，此书可以说是去“另一个世界”的旅行指南，它展现给我们的是“死亡与转世”的过程中的种种景象，而旅行者在这个过程中只不过是没有肉身的意识体而已。

本书文本转译自《The Tibetan Book of the Dead》(London：Oxford University Press，1927)，该书由藏族喇嘛卡孜·达瓦桑珠由藏文原著《Bardo Todrol Chenmo》翻译而成，并由美国学者伊文思·温兹编辑出版。此书被译为中文后，有众多的译名，其中有《西藏度亡经》、《西藏中阴度亡经》、《中有闻教得度密法》与《中阴救度密法》等等。 如果按这部经的原义来说，《中阴(中有)闻教救度大法》是最贴近于藏文原本意思的，因此很多译文都以此来命名。这次出版本书为了更方便读者理解和阅读，将原本让人生涩拗口的书名，改为“西藏生死书”这样一个读者更易理解并且更浅显易懂的书名，让读者一看便知本书是谈论“死亡”与“轮回”的西藏密宗经典。这是一本契合时代需要的书，因为有生自然有死，每个人迟早需要面对死亡。书中深入讨论如何认识生命的真义，如何接受死亡，以及如何帮助临终者和亡者，以及他（她）们忧心守护在旁的家属们。通过上师或协助者诵读的方式使临终者宁静地走完生命的最后一刻，然后安然度过肉体崩解的恐怖境相。读诵此经所达到的最佳状态是让去世者或将去世的人因为得到了提示而得以见到明光，超越生死轮回，进入涅解脱的圆满境相。或是至少达到安稳死亡与从容重生的目的。

原著英文本首次传入西方世界并得以迅速传播，是在20世纪初，那时的西方工业革命正在如火如荼地进行，随之而来的科学大发展，使得当时的人们开始对宗教(特别是基督宗教)失去信仰与信心。失去了宗教慰藉的人们心中感到空虚与不安。这时灵智学、神秘学便悄然兴起。在西方人的眼中东方世界一直是既古老又神秘的，正因这种神秘感的驱使，有的人便转而向东方世界寻求精神的解脱，《西藏生死书》就是其中最重要的一本。特别是在第一次世界大战后，兴起了精神心灵层面的追求，加上对于死亡与再生问题的关注，这本原来默默无闻的心灵指导教法，在西方近代宗教界与心理学界便具有了极重要的地位。此书后来由欧美转译成中文版出版后，便掀起了国人对生死问题与临终关怀的热潮。

中阴	闻教	救度	大法
▼	▼	▼	▼
死亡过程中	通过听闻	获得解脱的	伟大教法

The profound dharma of liberation through on the ofter death plane

这部经的渊源

莲花生大师与西藏掘藏师

《西藏生死书》的作者是密宗名僧莲花生大师，他留给世人的这部心灵指导法，是每个临终者与亡者死后历程时所必知的旅行指南。

莲花生大师

莲花生大师是公元8世纪印度密宗名僧，他原是乌苌国的王子，乌苌国(Uddiyana)位于巴基斯坦印度河上游及其支流史瓦特河(Swat)一带。据说乌苌国的因札菩提国王在花园中散步时，无意中在湖边发现一名婴孩，婴孩躺在莲花铺成的垫上。国王收养了这个婴孩，并将他当成亲生子抚养。于是这个传说后来演变成莲花生大师是由莲花中出生的。莲花生大师就如同释迦牟尼一样，早年就放弃了王子的身份出家成为了一名僧人，并在中印度著名的那澜陀佛学院完成传统佛学教育，但他觉得自己的个性不适合寺院的生活方式，于是还戒，他在今日的缅甸与阿富汗之间四处游历，跟随许多当时的大师学习，后来便证悟成为了密教历史上最重要的圣者之一，在西藏人心中，他神通与法力无边，是文殊、金刚手、观世音三尊合一的化身，有的佛经也称莲花生为继释迦牟尼之后的第二位佛，并尊称他为乌苌大德或乌苌大师。依照西藏人的传说，为了保存众多莲花生大师的著作，后人将它们秘密埋藏，等到时机成熟时，才能公诸于世，这其中也包括了《西藏生死书》。

掘藏

等待后人发掘的许多声称是莲花生大师所留下的非常殊胜的密法遗迹，至今在西藏各地仍随处可见，这些密法在当时被埋藏在岩石、山洞之中，目的是为了防止破坏，一般这种形式的宝典都被称为伏藏(藏语，意思是埋伏的宝藏)。西藏密宗的大成就者认为，受法众生的根器会因时局的不同而将有程度上的差异，所以必须将密宗经典埋藏起来等待后人发掘，其目的是要使合宜的法门在合宜的世代被发掘传递。在莲花生大师之后的几个世纪内，有不少人发掘被埋藏的密教宝物。发现这些精神宝物并且发扬其教义的人就被称为“掘藏师”。许多西藏密教典籍曾经一再失传，又一再被发现，以至奇迹般地保留到现在，这都必须感谢历代的掘藏师。在这些人当中，最有名的掘藏师就是14世纪时发现《西藏生死书》的卡玛林巴(Karma Lingpa)。在卡玛林巴15岁的时候，在一座名为冈波达(Gampodar)的山上发现许多被埋藏的文献珍宝，包括一份名为“寂静与忿怒诸尊自然显现于觉悟之中”的集册。著名的《中阴闻教救度大法》就在其中。

这本书所能带给你的
从容面对死亡

运用这部经的目的是让每一个临终者都能从容面对死亡。

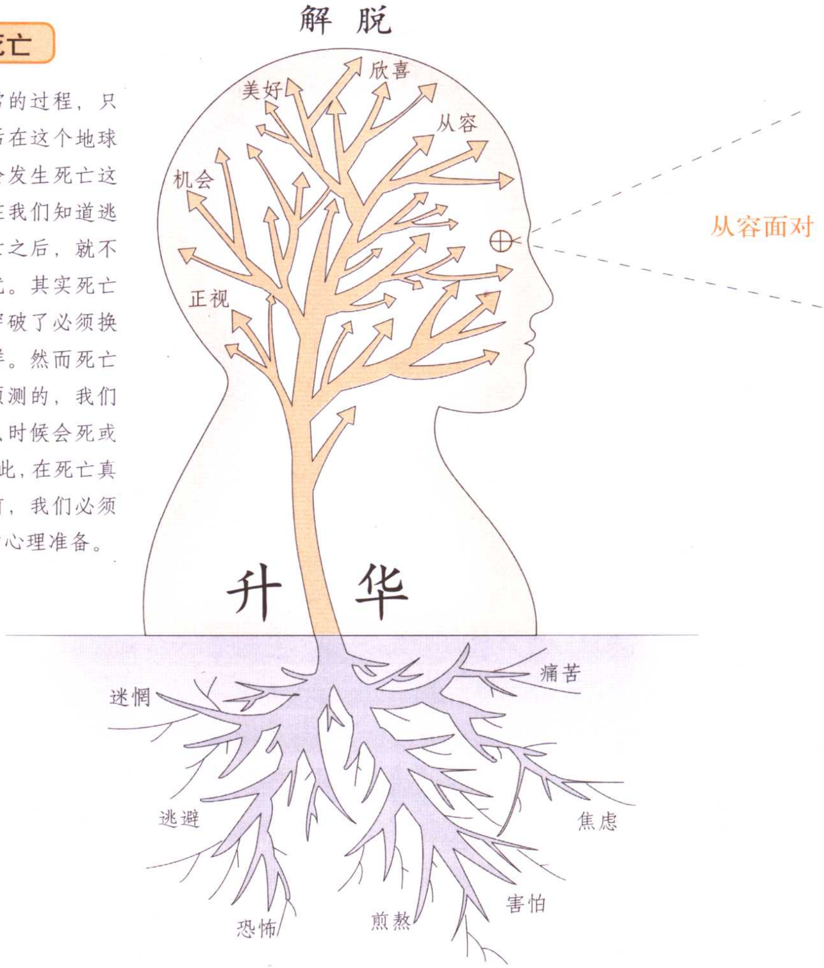
生与死对于每个人来说都是无法逃避的。当我们还活着的时候，我们可以用两种方法处理死亡：忽略死亡，或者正视自己的死亡，藉着对于死亡所作的清晰思考，以减少死亡可能带来的痛苦。不过，这两种方法都不能让我们真正克服死亡。绝大多数的人在死亡来到时，将面临一片迷惘的世界，处在极端陌生的环境里，心情会受到百般焦虑和煎熬。然而死亡后又会进入神秘的中阴世界，在这里没有朋友，没有亲人，只有不停地逃亡，不停地闪躲恐怖景象的威胁。这时亡灵极需要他人的协助，提供安稳走过死亡历程的协助。这部经便是应用于临终的人，由上师或协助者在其近处读诵，通过清晰而且正确的读诵，叮咛临终者以及亡灵在临终时或进入中阴世界后必须注意的事项，藉此获得解脱，脱离痛苦的轮回。这种方式是人们在走到生命旅途终点时，真正克服死亡的恐惧，从容不迫地面对死亡的法宝。

佛说生死

两千多年前，释迦摩尼佛祖曾在《佛说譬喻经》中为当时古印度摩揭陀国国王胜光王作了一个譬喻：有一个旅人独自在旷野中跋涉，忽然前方传来野兽的咆哮声，随后一只老虎便出现在他面前。于是旅人惊慌失措地逃到一口空井前，只见井口垂下一条树根。情急之下，他便沿着这条树根爬了下去，希望借此能够躲避恶虎的追逐。谁知才爬到一半就来了一黑一白两只老鼠，开始啃噬他所抓的树根。旅人于是环顾四周，希望找到新的依靠，却发现井壁上盘着四条毒蛇，而再往下看，情况则更糟，只见一条毒龙正张着血盆大口在井底等待。正在旅人惊慌失措之际，忽然从树根上流下许多晶莹诱人的蜂蜜，旅人被眼前的美味所吸引，顿时忘掉了所处的困境，于是便舔了五滴。顷刻之间，风吹树摇，蜜蜂倾巢而出欲螫旅人，而且又有野火开始燃烧树根。胜光王问佛："这个人为什么身处险境，却还要贪图眼前那一点美味呢？"佛祖于是解释说："旷野象征着六道轮回的无明长夜，旅人就是众生，恶虎象征无常，空井象征生死，黑白二鼠啃噬树根象征昼夜时刻缩短着世人的生

面对死亡

死亡是正常的过程，只要我们还活在这个地球上，必然会发生死亡这个事实。在我们知道逃避不了死亡之后，就不必为此担忧。其实死亡就像衣服穿破了必须换件新的一样。然而死亡还是不可预测的，我们不知道什么时候会死或怎么死。因此，在死亡真正发生之前，我们必须作好必要的心理准备。



命，四条毒蛇即指色身四大，五滴蜂蜜即指五欲，蜜蜂象征邪思，野火象征老病，毒龙象征死亡。可见，生老病死原本都是痛苦的事情，世人应该早做打算，不要被五欲所迷惑。”

佛祖的这段譬喻正提醒我们，每个人都应该在生时认真地思考生死的意义。岁月如梭，无常的猛虎时刻都在我们的身后追随，人的生命是短促的、脆弱的。然而世人终日却只见眼前五欲的蜂蜜，不知老病的野火已经开始焚烧身躯，死亡的毒龙早已张开了血盆大口。惧怕死亡或者蔑视死亡都不应成为我们对于死亡无知的借口，佛祖早在两千年以前就已经为众生探索并开辟了那片超越生死和轮回的净土。我们应该顺从他的指引，从现在开始，认认真真地把每一秒钟当成改变和准备死亡与永恒的契机。

不敢正视死就永远不能理解生，不要总是用后背面对着死亡，让我们从正面来与它对决吧！

生命的奇观

中阴与中阴的类型

简单地说，中阴是指死亡直到转世的这一段过程，“中阴”是“间隔”或“过渡”的意思。它可以是时间与空间的间隔，也可以是意识与意识之间的间隔。

中阴的三种形态

中阴在藏文中念为Bard，它是指一个过程的“完成”和另一个过程的“开始”之间的过渡或间隔。 中阴的这种间隔可以是时间的，可以是空间的，也可以是意识的。打个比方，我们耳熟能详的“黎明前的黑暗”这句话中的“黑暗”就是中阴状态，也就是说，日出前后之间的这段时间就可以算是一种时间概念上的中阴；再比如两栋建筑物之间的距离，即是空间中阴。还有我们内心瞬间可以产生一个接一个的意识，此起彼伏的意识与意识之间有极短的间隙，这个间隙也许只有十分之一秒的短暂，但它同样也是一种中阴。其实，任何一个状态到另一个状态之间的间隔都是中阴，而人类意识的经验便是由无数的间隔所构成。由此可见，生命就是由无数个中阴所组成。

六种中阴的类型

人的一生从出生开始到生命结束，进而转世投胎，一共会经历六种型式的中阴。即生处中阴，清醒的意识境界；梦境中阴，梦中的意识境界；禅定中阴，出神的意识境界；临终中阴，将死的意识境界；法性中阴，悟实的意识境界；投胎中阴，再生的意识境界。前三种是生命中的意识境界，后三种是在死亡与转生之间的意识境界。本书所要讨论的是中阴的后三种意识境界。这三种中阴境界决定了生命的升沉轮回。若是“得度”，便可轮入善道或是高一层次的道趣，否则就将轮入恶道或者更低一层次的道趣。亡灵在这三种中阴境界中将历时七七四十九天。

（1）生处中阴：

人活在世时的一切意识境界，人在这一段拥有的是清楚的意识，也包含人一生从生到死的所有的善业与恶业。因此又称为清醒的意识境界。

（2）梦里中阴：

它是指晚上睡着到早上醒来的这段时间所有的意识活动，它包含梦中的潜意识的活动，所以也称梦中的意识境界。

（3）禅定中阴：

它是指修行者修禅入定时的意识变化，当修禅完毕出定时，修禅时的意识

中阴的含义

可以更仔细地拆解“Bardo”。这个字词，“Bar”的意思是“在……之间，“do”的意思是“悬空或抛开”。

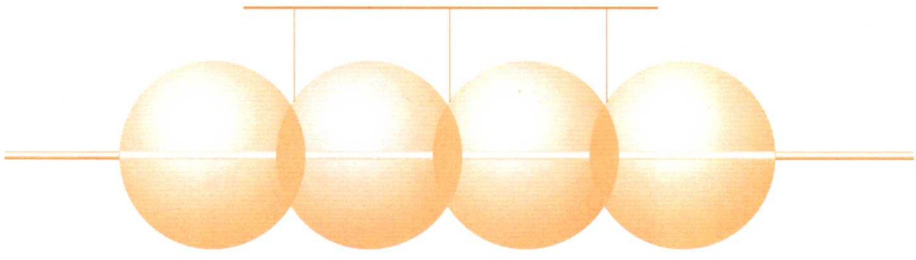
Bardo

Bar：在……之间　do：抛开或悬空

中阴＝中有＝情境与情境之间的间隔或过渡

生活中常见的中阴

中阴状态

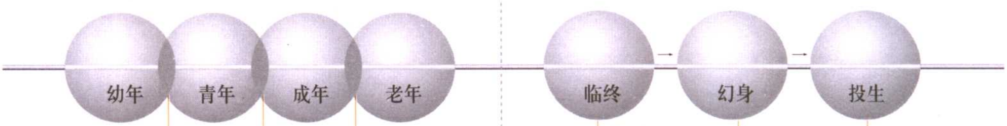


空间中阴
两栋建筑物之间的空间距离就是一种中阴。

时间中阴
白天与黑夜之间的间隔也是一种中阴。

意识之间的中阴
内心瞬间所产生的众多意识之间的短暂间隙，也是一种中阴。

中阴的类型



梦中中阴
人睡梦和清醒之间的心灵状态，瑜伽修行者会用这个阶段进行梦中瑜伽。

生处中阴
人一生的平常意识境界与行为。

禅定中阴
修行者的无数的禅定经验，并由最低层次的领悟到最高层的觉悟。

临终中阴
人在死亡前会有短暂的昏迷的状态并处于无意识的境界，时间长短不一，通常是3天半。

法性中阴
人真正死后意识会重新恢复，死者这时会感受到心所发出的各种幻象。

投胎中阴
准备投入六道轮回时的意识状态，这时意识会寻找投生的母体，直至出生。

境界就中止了，禅定中阴也就会中止。禅定中阴包含无数的禅定经验，由最低层的领悟到最高层的觉悟得道。因此也称出神的意识境界。

（4）临终中阴：

人在死亡时会出现短暂的昏迷状态，是处于一种无意识的境界，延续期间的长短不定，可能很短，也可能很长。一般的说法是这种暂时无意识的时期大约持续三天半，但如果是有极佳的瑜伽修行的修行者则可延续更长的时间，甚至超过一个星期，因此也称将死的意识境界。

（5）法性中阴：

它是指人死后会忽然失去意识，进入一段完全无意识状态，随后不久又会重新恢复意识。由意识的复苏到投胎入六道轮回前的一段时间称为法性中阴。在这段期间，亡灵会经历心所发出的各种奇幻异象，并感受一连串的幻觉。所以也称其为悟实的意识境界。

（6）投胎中阴：

这是指即将投胎转世时的意识状态，这时亡灵的意识即将进入母体内的受孕胚胎，直到出生。因此也称再生的意识境界。

中阴身

中阴身身处今生的死亡与来生投胎之间这段过渡时期，它并非血肉之躯，而是一种细微的心识身，并且无实质可言。身处中阴状态的亡灵（中阴身），他们的神智多处于浮躁焦虑、纷乱激动的状态。因为它只是一个意识体而已，所以它们不能饮食实质物品，只能以气味为食，如其亲人用熏烟供养时，这些中阴身就如同接受了饮食一样。不论其生前有什么样的生理缺陷，在中阴期间，中阴身都是六根俱全的，而且还会拥有一些神通，例如：类似天眼的眼神通及随念起刹那间便能到达所想之处的神通等等。但是，这类神通并不同于佛陀的神通，也并非修持所得的神通，而纯属由业力所生的神通。中阴身可以随念而实时得至所思之地点，然而有两个地点它是不能穿越的，一是佛陀成道之金刚座道场，另一为要受生投胎的母胎处。除此之外，中阴身不受任何山、石、河、海等地理环境所障，可以自由穿行。另外，在某些例外的情况下，中阴期还有可能更长。中阴期间，中阴身每七天便会经历一次类似死亡的经验，然后又换一个中阴身，直至有因缘投胎为止，但一般来说顶多也不过会换七次中阴身。有

些众生的中阴期极为短暂，有些则可维持较长时间。在此期间，亲友或上师代为布施、供养、超度及修善行，仍可改变其下生转世地点。

混乱与机会并存的中阴世界

中阴世界是混乱的，充满着极度的不确定性。以我们每个人所正在经历的生处中阴为例，当我们身处的环境变得混乱时，我们的生活也会因此而变得支离破碎。外界的每一个小小的变动都会打乱我们既有的行为方式。生处中阴尚且如此，到了死后，这种不确定性会变得更加强烈，相当于生前的七倍。

观察生命，可以发现我们经常是生活在一种疑惑和模糊的状态中。我们的心，总是时而混乱，时而清楚。中阴的意义就在于：在清楚和混乱、领悟和困惑、确定和不确定之间持续地、不定地游摆。这种持续性的不确定的中阴状态，也许会让我们对一切感到灰心失望；但如果我们换一个角度去看，就会发现它实质上是为我们间隔出这样一些空间，其中包含着许多转化的机会——如果这些机会能够被看到和把握的话。中阴教法使我们觉察，特别是在这种大变动和过渡的时刻，我们那像天空般纯净的、本初的心性将有机会显现。

就像我们丢失了一件重要的东西，起初我们不敢相信，进而愤怒，在心里反复计算它的价值和意义。然而不久我们那颗狂乱激动的心便会安静下来，我们开始陷入了沉默，不再作无谓的挣扎和努力，因为我们很清楚这些都已无济于事。现在的我们除了接受事实以外，已别无选择。

所以，前一刻我们丧失了珍贵的东西，下一刻却发现我们的心安住在一种深度的宁静状态中。这一经验启示我们，当这种情况发生时，不要立刻急着寻找答案。我们应该将这个宁静的状态作为一个间隔，安住于其中。当我们安住在这个间隔中，并努力往内心观照时，我们将看到自己纯净的、本初的心性。这便是中阴所提供的转化机会。

中阴教法告诉我们，这种转化和改变的最高潮就在死亡的时刻。因为当时肉体被抛弃了，我们有最大的机会获得解脱。所以我们应该抓住这些机会，努力前往美好净土。

生前、临终、死后

密宗的解脱之道

解脱就是脱离生死轮回的苦海，往生没有烦恼的佛陀净土。《中阴闻教救度大法》中指出，人们在生前、临终和死后任何时期，都可以通过不同的方式获得解脱。

生前解脱——修习最高指导法

欲得生前解脱，需要有很深的禅定修行，一般说来，只有拥有最高根器的瑜伽修行者才能够达到。普通修行者在修习这种方法时要在上师的指导之下进行，通过修行“六中有自行解脱导引”这样的最高指导法，达行最高根器的修行者可以证悟出生与死的本质，进而在人世间达到自身的解脱。

透由禅定，修行者将证悟到万物皆是由心所生的道理，而心的本质就是空性，因而万物的本质也是空的。世间的一切事物、悲喜的情感，甚至生与死都是虚幻而不真实的，都是空性的一部分，生与死从本质上来说并没有差别。能够领悟到这一点，就可以在生前获得解脱。

临终时的意识迁移——启动破瓦法

临终者在整个临终中阴阶段将会遭遇四大逐一崩解的过程。这时候，临终者不仅自身将会感受到各种内在变化，同时身体外观上也会显现出各种外在变化。而此时也正是启动破瓦法将意识迁移到净土的关键时机，只要临终者此时能够自力或者依靠身旁上师的指导诊断出这些征候，并且适时地启动破瓦法，就可以实现自发性解脱，从而避免了法性中阴和投胎中阴各种险境幻相的考验。使用此法的关键是要能够回忆起破瓦法的法门。

死后往生净土——听闻《中阴闻教救度大法》

如果亡灵无法在临终中阴通过启动破瓦法来实现解脱，那么就必须依靠《中阴闻教救度大法》的力量，通过聆听教法中的指导来把握中阴世界的机遇，进而实现解脱。这也是指导人们获得解脱最后的殊胜法门了。

三种解脱路径

生前	禅定（最高根器者）	运用世间的解脱法 →	通过禅定修练，了悟生死皆由心生，从而获得解脱。
临终	禅定或听闻（中等根器者）	自己或他人帮助解脱 →	如果出现四大分解时立刻启动破瓦法。
死后	听闻（普通根器者）	他人帮助以聆听方式解脱 →	上师在亡灵前，诵读中阴闻教救度大法，使亡灵听闻后获得解脱。

禅修之妙

欲得生前自身解脱的人，必得认真进行禅定修持。禅修可以净化凡夫心，揭穿它的假面具，除尽习气和迷惑，让我们能够在因缘成熟时认清我们的真面目。正如第8世纪的佛教上师寂天所说：

如果心这头大象被正念的绳子从各方面绑住，
那么一切恐惧就会消失，
完全的快乐就会来临，
一切敌人：我们情绪的虎、狮、象、熊、蛇，
以及地狱的守护者：魔鬼和恐怖，
全部都会因为你控制了心和驯服了心，
而被绑住，而被降服，
因为一切恐惧和无数的烦恼都来自心。

纵使我们一时间还无法达到解脱，定期的禅修也能为我们带来很大的启发，使我们确信，解脱烦恼的心灵空间是存在的，只要吾人时时检点内在的起心动念，看清个人思维的盲点，就能够逐步趋近并受用这样的自在风光。

解脱后的成佛之地

净土

生命解脱之后将要去的地方是净土。佛经里提到的净土有许多，任何一个净土都是美好的、理想的往生和修行之地。《中阴闻教救度大法》中指出，人们在不同中阴阶段获得解脱，将会去往不同的净土。

众生如果想要超越生死的轮回，就只有往生佛陀之净土。净土是美好的、理想的往生和修行之地，众生因根器和因缘的差别，将可以往生于不同的净土。

根本明光净土——来到空无纯净的世界

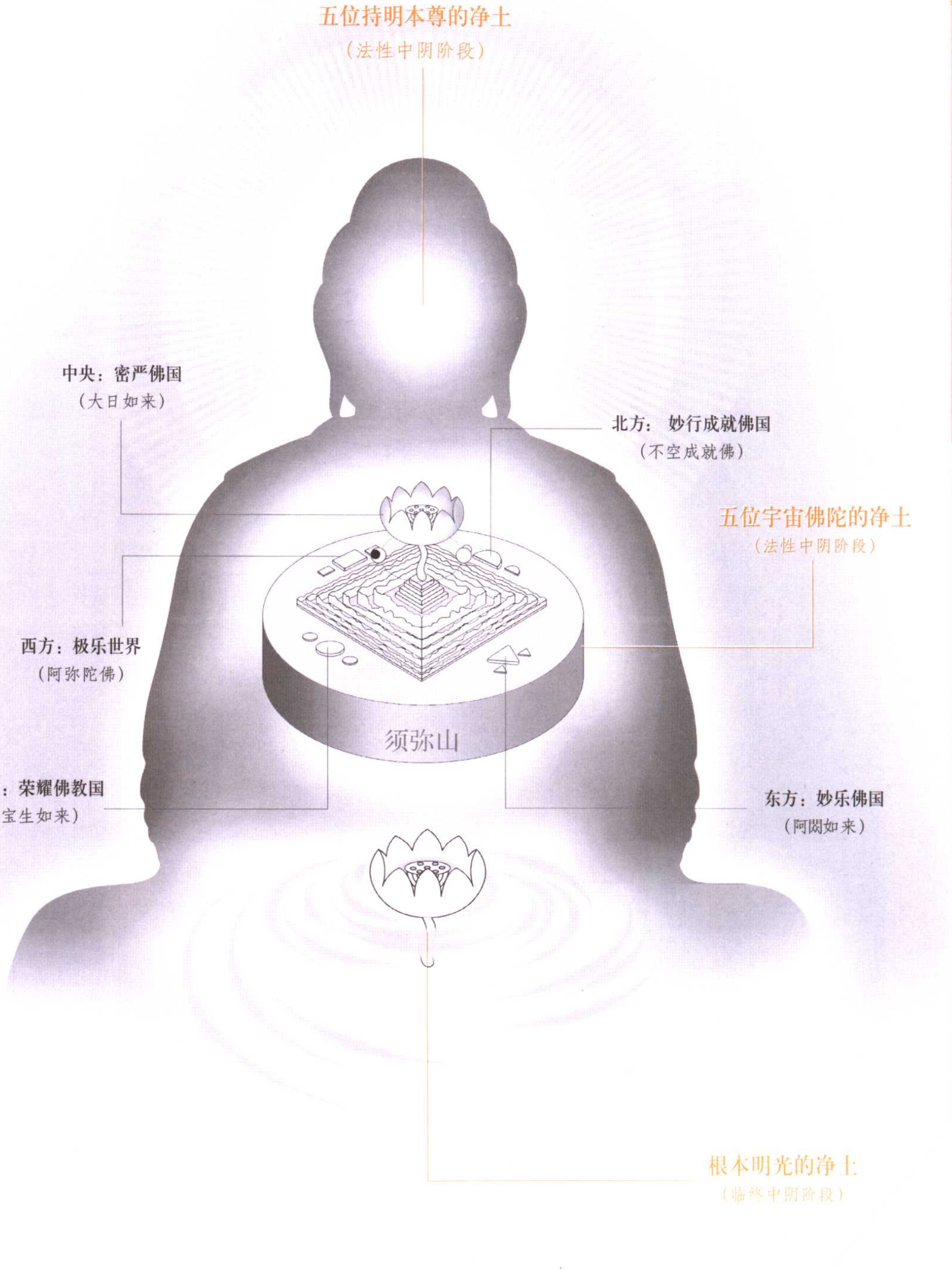
人们在进入临终中阴后，将会经历一段无意识的昏迷状态，这段时间一般要持续三天半左右，而这也是根本明光两次显现的时候。如果临终者能够把握住其中任何一次明光，从中获得体悟，那么就可以达到永久的解脱。在这一阶段获得解脱的众生将会往生于根本明光的净土。

诸佛菩萨的净土——跟随智慧的召唤

没能在临终中阴获得解脱的亡灵在进入法性中阴以后，其意识将会脱离肉身，成为独立的意识体，开始进入七七四十九天的死后旅程。法性中阴将会持续十四天的时间，在前五天的时间里，亡灵的面前将会逐一显现来自宇宙中央的大日如来、来自宇宙东方的阿閦如来、来自宇宙南方的宝生如来、来自宇宙西方的阿弥陀佛和来自宇宙北方的不空成就佛五位佛陀，他们前来接引亡灵前往其各自所居住的净土，只要亡灵能够在此阶段获得证悟，便可以往生于其中。

在法性中阴的第七天里，五位持明主尊将会显现在亡灵的面前。持明主尊的“明”即为智慧的意思。如果亡灵能够在五位圣尊智慧的指引下获得体悟，那么就可以永远脱离轮回的苦海，往生于纯净的虚空净土。

三种美好净土



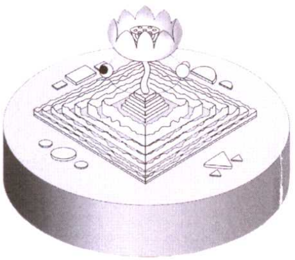
五位持明本尊的净土
（法性中阴阶段）
中央：密严佛国
（大日如来）
北方：妙行成就佛国
（不空成就佛）
五位宇宙佛陀的净土
（法性中阴阶段）
西方：极乐世界
（阿弥陀佛）
须弥山
南方：荣耀佛教国
（宝生如来）
东方：妙乐佛国
（阿閦如来）
根本明光的净土
（临终中阴阶段）

我心即净土

我们所看到的是什么样的世界，完全取决于我们的自心。假使我们以嗔恨之心去看世界，那么我们看到的就是罗刹世界；假使我们以贪欲之心去看世界，则会看到饿鬼世界；假使我们以怨恨、嫉妒之心去看世界，那么我们看到的就是阿修罗的世界；而假使我们能够放下使我们痛苦的烦恼心，以清净之心去看这个世界的话，那么我们就能够窥见那神圣、清净与和乐的净土世界了。净土世界其实遍布一切世间和出世间，往生之净土与人间之净土并没有差异，净土就在我们心中，对于能够洞彻本自心性的人来说，当下便是净土！

遗憾的是，当下能够彻透本心的人实在少之又少。物欲的诱惑、名利的羁绊，世间有太多的东西摆在我们面前，吸引我们去追求。我们或为事业辛苦劳作，或为名声东奔西走，或为利益你争我夺，以至于我们的本心自性早已被贪、嗔、痴等种种欲念所遮蔽。然而人生有限，世界却广阔无垠。物无尽而欲未穷，物尚在却身已灭。一旦自己大限将至，一切都将转眼成空。或者自己的亲人、朋友，今天还是一个鲜活的生命，第二天却再也无法和我们共同欣赏日出日落。该珍惜的不去珍惜，该淡薄的却执著不肯放弃，我们往往如此，孽缘深重却又迟迟不肯醒悟。

佛说："苦海无边，回头是岸"。我们的眼睛只知一味向前看，其实猛然回头，更有助于看透色相假空，出离迷障。无常和如幻便恰恰带给我们很多的启示。原来我们所认为理所当然的事情，正是我们烦恼的根源。心念执著于外物，烦恼才会随之而生。执著的心就如同蔽日的云。只有去掉执著，才能显出佛性。正如云门文偃所说："终日说事，未曾道着一字；终日着衣，未曾挂着一丝。"这是禅者的境界。如果真能如此，那么人间便是净土，而净土就在我们的心中！



【净土】

要想往生净土，首先就要了解什么是净土。

根据“五果四报”的法则，我们的色身有知觉、有感情，叫做“正报”。也就是说，正报是由众生各自的身心活动所构成的。正因为众生的身心活动有善恶之别，所以正报也形成了“十法界”，即地狱、饿鬼、畜生、阿修罗、人、天、声闻、缘觉、菩萨、佛的分别。除了有情众生以外，外界广阔浩瀚的宇宙环境没有知觉，也没有感情，被称为“依报”。也就是说，依报是有情众生所居住和休止的处所。因为正报善恶之别的感召，依报国土便形成了净、秽之分。所谓“净土”，是在佛、菩萨、声闻（缘觉）三乘圣贤清净的身口意三业感召之下的神圣庄严的国土；而与之相对的“秽土”则是在凡俗众生所造烦恼恶业感召之下的五浊恶世。

依报的国土可以分为三大类：

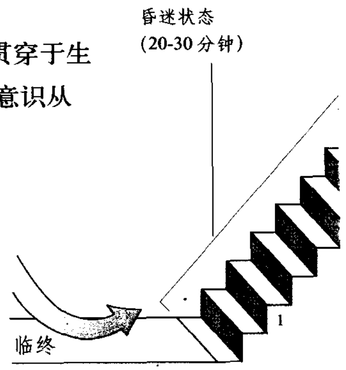
第一类是五乘共土，也叫凡圣同居土。所谓“五乘”包括佛、菩萨、声闻、天、人，五乘共土是凡人与圣人共同居住的国土。例如我们当下所处的娑婆世界是由凡夫业报感召而生的，但在其中又有佛、菩萨乘愿往来，度化众生。五乘共土之上有兜率净土，庄严微妙，弥勒菩萨居住其中，恒常为圣者及天众说法，以后一同下生人间成佛。

第二类是三乘共土，又叫方便有余土，“三乘”只包括佛、菩萨、声闻，三乘共土是只有圣贤居住的清净国土，没有凡夫。因为声闻只为自了，尚未究竟，所以又叫“方便有余土”。

第三类是大乘不共土，又可以分为实报庄严土和常寂光净土。实报庄严土是登地以上的法身大士所居住的清净国土。登地菩萨已经破除无明，能够发慈悲心，普度众生，广积福德。常寂光净土是唯佛所居的法性国土。寂，是不生不灭、湛寂常恒的大寂灭海，为解脱德；光，是灵明洞照的大光明藏，为般若德；常，是寂光不二、恒古恒今的法身德。常寂光净土就是此三德的秘藏。到此才是究竟圆满的境界。《中阴闻教救度大法》中所提到的西方弥陀净土、东方药师净土、南方宝生净土、北方成就净土都属于大乘不共土。

中阴世界的主角
意识

意识是永恒不灭的，当人们活着的时候，它与肉体结合在一起，经历人世的悲欢离合，而当人们死后，它又会逐渐脱离日渐溃朽的肉体，经历中阴世界的各种考验。



肉体可以死亡、衰朽、消失，然而意识却会连绵不断，贯穿于生前、临终以及死后的各个阶段。从人们进入临终中阴开始，意识从与肉身相互结合到相互分离，会经历几个不同的阶段。

滞留在肉身中的意识

当临终者进入弥留状态时，人体的四大开始逐一崩解，各种死亡征候逐一显现。直到第一明光显现，意识一直滞留在肉身之中，只不过此时的意识处于一种昏迷状态。只要临终者此刻能够认出第一明光，就可以即刻获得解脱。

正在脱离肉身的意识

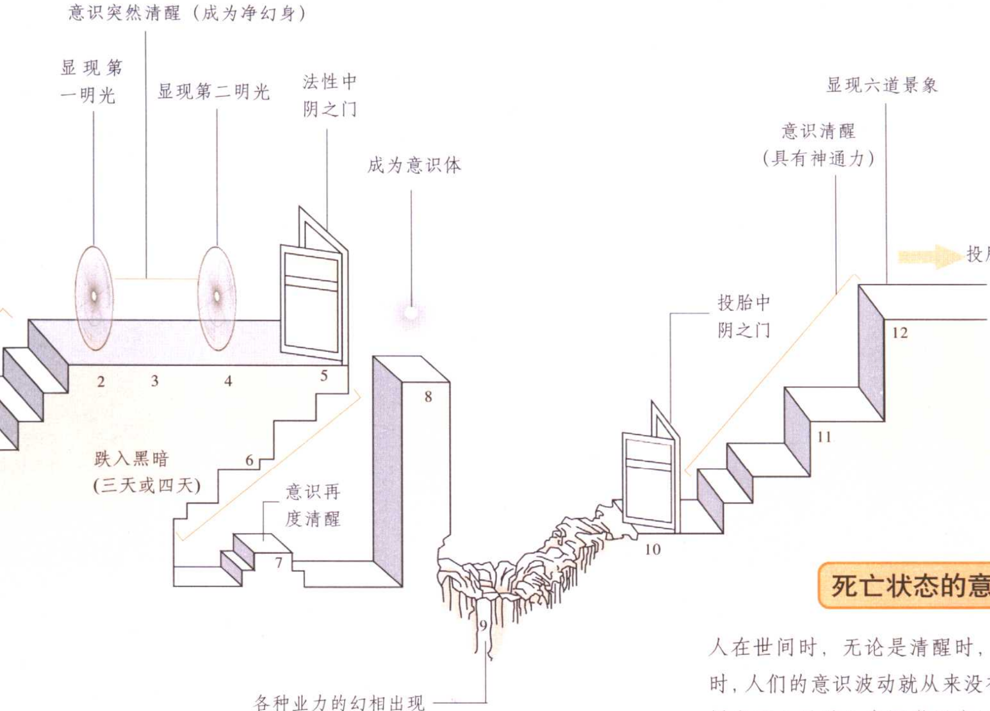
临终者识认第一明光失败，一直到第二明光显现之时，其体内的生命之风将开始向中脉汇聚，这时亡灵的意识已经在一定程度上脱离肉身，成为“净幻身”。净幻身状态亡灵的意识将会变得十分清楚，他能够看到世间的一切景象，但是却不能确认自己是否已经死了。如果亡灵此时能够认出第二明光，将可以获得解脱。

完全脱离肉身的意识

亡灵在识认第二明光失败后会再度陷入昏迷状态，一直到三天半到四天后重新醒来，便已正式进入法性中阴阶段。这时，真正的死亡时刻已经来临，亡灵的肉身开始日渐衰朽，而亡灵的意识也已完全脱离了肉身，成为独立的意识体。这个意识体将要继续经历七七四十九天的中阴历程的考验。

感应来生身形的意识

如果意识体在法性中阴阶段无法获得证悟，以至于一直迷离到投胎中阴的话，那么就将要面临更加艰难的险境和考验。这时亡灵会感到前生的身形变得模糊，而来生的身形却日渐清晰，亡灵将要投胎的六道会放射出各种光芒诱惑亡灵前去投胎，如果亡灵无法抵制这些诱惑，就会堕入六道，继续重复生死的轮回。



死亡状态的意识经历

人在世间时，无论是清醒时，还是沉睡时，人们的意识波动就从来没有停止，同样当死亡后进入中阴世界意识不但不会消灭，反而会成为中阴世界的主角。

永恒不灭的意识

意识是永恒不灭的。它既是中阴历程的主角，也是连接我们的前世与今生的纽带。众生之所以能够在六道中不断轮回，正是以意识的连续性为基础。意识就像一个不知疲惫的演员，不停地在生命的大戏中客串着各异的角色。

我们的前世和今生之间，既是不同，又有相同。说其不同，是从生命的实体角度来看，一个生命开始，另一个生命则停止。而生生和世世又由意识连接，生命与生命之间就像堆成一摞的骰子，前后相继，功能相连，保持着渊源关系。前世所积累的业力，会对死后的中阴阶段以及来世产生影响。今日所得之果，必来自前世所种之因。生命依据各自的业，而获得快乐或痛苦的轮回。就像佛陀所说的："现在的你，是过去的你所造的；未来的你，是现在的你所造的。"这就是为什么我们说前世与今生之间又有相同。

意识永恒不灭，它可以在中阴阶段带我们前往美好净土，也可以与我们穿越生生世世，在六道中轮回，一切皆在于我们自己所造的因缘。这便是我们对于意识所应有的理解。

生命中的杂质与中阴世界的最大影响力

业力

人们在世间的一切行为将会形成善恶不同的各种业，这些业的力量将会成为影响其中阴历程的最重要因素。

所谓业(karma)，就是指人们在世间所进行的一切行为和产生的一切念头。依据行为和念头的善恶，业有善业和恶业之分。在人们死后进入中阴世界时，善业将会发挥正面的作用，帮助亡灵获得解脱，而恶业则会产生负面的作用，对亡灵发出种种干扰，阻碍亡灵获得解脱。业力的这种影响力在各个中阴阶段的作用大小各不相同，从总体上来说，业力的作用是从小到大逐渐变化的，也就是说，越是到了中阴世界后面的阶段，业力的作用越强大，亡灵要想获得解脱也就越困难。

临终中阴前一阶段：业力作用尚未发挥

在临终者刚刚停止呼吸，也就是根本明光第一次显现之时，业力的作用还没有发挥。这是一段相对平静的时期，但却非常短暂，临终者应该好好把握这个难得的机会，领悟第一明光，使自己轻松获得解脱。

临终中阴后一阶段：业力作用受到明光的克制

第一明光显现的时间大约是常人吃一顿饭的工夫，如果临终者无法认出，根本明光随后将会第二次显现。第二明光与第一明光不同，它将与业力作用互相克制，互相抗衡，如果业力的作用小于明光的力量，那么光明将战胜黑暗，亡灵将会获得永久的解脱；反之，如果业力的作用过于强大，那么光明就会被黑暗所淹没，临终者将不得不接受法性中阴的考验。

法性中阴阶段：业力作用产生幻觉

亡灵在进入到法性中阴以后，业力的作用将开始全面发挥。法性中阴将会逐一显现面容各异的诸佛菩萨，他们前来接引亡灵往生各个净土，但是此时业力作用将会产生各种幻觉，比如变幻莫测的光线以及雷鸣怒吼般的声响，这些都会对亡灵产生干扰，阻碍亡灵对于诸佛菩萨的识认。

投胎中阴阶段：业障幻觉使亡灵四处奔逃

进入投胎中阴以后，业力的作用将会发挥到极致。各种恐怖、痛苦的险境幻相将会显现在亡灵的面前，逼迫、诱惑亡灵投胎并向下沉沦堕落。

勿以恶小而为之，勿以善小而不为

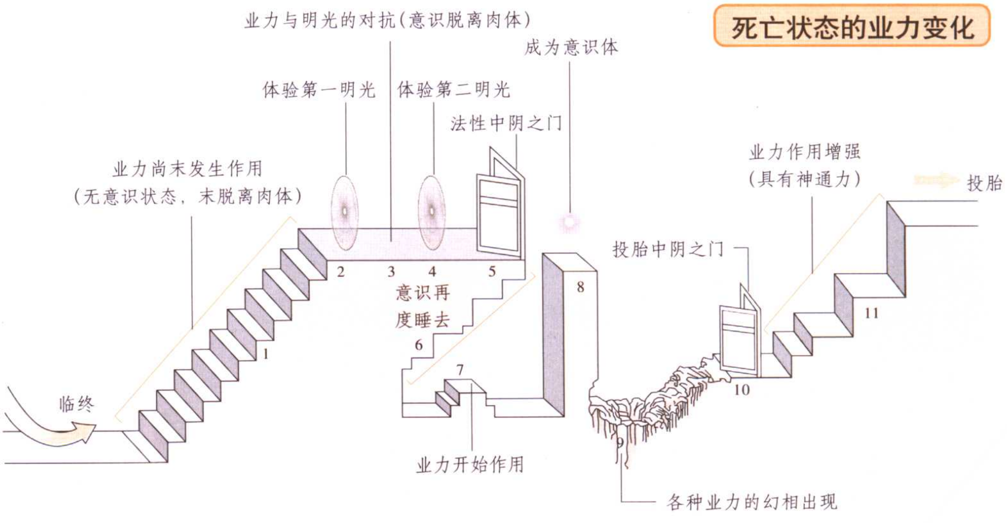
中阴世界中的最大影响力是业力，它可以对我们死后能否往生净土产生影响。而对于无缘解脱，继续转入六道轮回的众生来说，业力的影响同样是巨大的。因为业力是轮回的真正驱动力。

业有善恶之分，造恶的人要报生三恶趣，经历痛苦的折磨而长劫难出；而积善的人则可以报生到相对好一些的三善趣。善恶的果报，都是我们自己所造的，并不是由神仙、上帝来赏赐福祸。

我们有时也会遇到这种情况：好人没有好报，坏人自在逍遥。于是便对业力的作用产生怀疑。其实这是因为业有不同的果报方式。依照受业的时间，业有现生成熟、来生成熟、后生成熟等不同的差异。正如农民种粮食，有的当年收成；有的今年播种，明年收成；有的今年播种，须待三、五年后方能收成。这样理解，我们就会明白，好人今生所以受苦报，是因为过去所种的恶因现在才成熟，只有先受苦报；而今生虽然行善做好事，但是因为善因薄弱，所以只有等到善缘成熟之后才能受善报。恶人得好报的道理也是这样。

业报的原理启示我们，应该舍恶行善，趋乐避苦。不论做了多少好事，都不必自以为满足，因为善德因缘再多也有用完的时候，因此，要不断地积累善行；相对的，纵使犯下滔天罪恶，只要改过向善，罪过也终有偿清的一天。“勿以恶小而为之，勿以善小而不为”，正是在警示我们这个道理。

死亡状态的业力变化



中阴身的遭遇

光、色、声

在整个中阴历程中，亡灵面前将会显现出各种明暗不同、颜色各异的光芒，它们中有的是亡灵必需把握的智慧之光，有的却是诱惑亡灵堕落的六道之光。同时，亡灵的耳畔也会响起各种复杂的声响，亡灵一定要识认出这些光芒和声响的本质。

● 变幻莫测的中阴光芒

无论是临终中阴阶段两次显现的根本明光还是法性中阴最初五天从佛父佛母心中射出的智慧明光，都是强烈、耀眼又明亮的。亡灵一定要认出这些强烈的光芒，一心观想它，虔诚地向它祈愿，并且使自己的心灵安住在这个光明的世界之中。这样，亡灵将可以证得无边的智慧，获得永久的解脱。

● 柔和多彩的六道之光

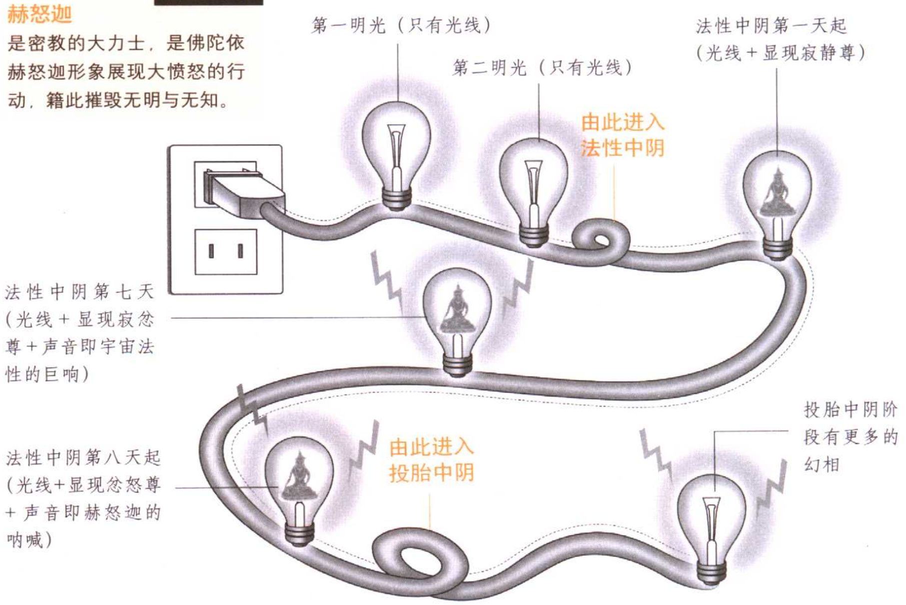
由于业力作用的影响，轮回的六道也会发射出各种颜色的柔和光芒，每一种颜色的光芒都分别连接着六道中的一道。亡灵由于受到业力作用的干扰，会对强烈耀眼的智慧之光产生畏惧和逃避的心理，而对于六道之光的诱惑却产生渴望和好感。如果亡灵不懂得其中的奥妙，就会受到诱惑，从而堕入六道轮回的陷阱。

死亡状态声光色的变化

名词解释

赫怒迦

是密教的大力士，是佛陀依赫怒迦形象展现大愤怒的行动，籍此摧毁无明与无知。



应对诀窍：区分智慧之光与六道之光。大胆走向强烈明亮的智慧之光，远离柔和多彩的六道之光的诱惑。

真假难辨的中阴声响

在法性中阴的第七天里，伴随着象征着智慧的持明主尊的出场，宇宙真理将会发出雷鸣怒吼般的巨大声响，同时夹杂着各种忿怒的咒语和呐喊声，以排山倒海般的气势席卷而来。亡灵应该领悟这些声响的本质，它们都是来自于自己的内心，是智慧和真理的声音，因此无须畏惧。在接下来忿怒诸尊显现之时，每一位赫怒迦佛父都会发出响亮的颚音，对亡灵产生强大的震慑力。

进入投胎中阴以后，各种幻相和声响将会更加复杂和恐怖，亡灵将会听到业风怒吼、山崩地裂等等令人胆战心惊的声音。

应对诀窍：了解各种声响的本质，洞察它们都是自己内心所产生的幻觉，都是不真实的，因此也没有必要惧怕。

心的考验：诱惑无处不在

我们的肉身在现世中要接受各种考验，而我们的灵魂（意识体）在中阴世界里也要遇到重重关卡。中阴世界的声、光、色，每一样都像人世里的贪、嗔、痴等等欲念一样，诱惑着我们，搅乱我们的心性，遮蔽我们的眼睛，阻碍我们前往解脱之净土。其实净土永远在那儿，然而同是明月一轮，不是万物都可以照见；同是清风拂面，有感更有不感；同是净土一方，有人可以前往，有人却只能受困于六道轮回之中。

人生只有两种结果，悟或者误。悟只有一种，误却有无数。心正，崎岖即为坦途；心不正，大道却是邪路。觉悟必须从心而起，心原本就是像天空一样纯净的，只不过世俗的万千杂念像乌云一样将它遮蔽起来，使它的光彩无法显现。我们每个人都可以在适当的环境及得法的修炼下，体悟到心性，就像我们每个人都可以超出云层，仰观宇宙之浩瀚。因为乌云只是悬挂在那里，它不是天空，也从来不属于天空。

当我们体悟到心性时，乌云就被一层一层吹散，世俗的枷锁被打开，中阴世界里的声、色、光也不能再对我们产生干扰。一切都变得明朗起来，我们将不再迷惑，犹如受到了神示。去往净土的道路将在我们的面前展现。原来经历的种种，都是佛陀对我们的考验，开悟佛的智慧的人，将得永世解脱。

寂静尊、寂忿尊、忿怒尊

在法性中阴的十四天旅程中，亡灵的面前将会依次显现面容各异的神祇共112尊，依其面容的特征可以将这些神祇分为三类，即寂静尊、寂忿尊和忿怒尊。

42位寂静尊

在法性中阴的前六天里，亡灵的面前首先会依次显现42位面容平静温和的寂静尊。其中包括10位佛父佛母、8位男性菩萨、8位女性菩萨、2位本初佛父佛母、6位六道佛以及4位男性守门忿怒尊和4位女性守门忿怒尊。

10位寂忿尊

在法性中阴的第七天里，亡灵的面前将会显现来自于东、南、西、北、中五方的五组双修持明主尊，共10位。他们是智慧的拥有者，由于其面容显现出略带怒意的表情，介于寂静和忿怒之间，因此将他们称为寂忿尊。

60位忿怒尊

在接下来法性中阴的第二周里，亡灵的面前将会出现与前六天所显寂静诸尊容貌形成鲜明对比的忿怒尊，他们都呈现出怒目圆睁、浓眉紧锁、卷舌露牙的忿怒相，令亡灵心惊胆战。包括10位赫怒迦佛父佛母、8位寒林高丽女神、8位食尸琵萨希女神、4位兽首守门女神以及28位瑜伽女，再加上在第十四天里显现的大黑天和阎摩天2位忿怒尊护法，一共是60位。

视诸神为镜中之自我

寂静尊慈眉善目，忿怒尊则牛头马面、多臂多足、狰狞可怖。二者对比强烈，然而却都出自众生脑海，是各自内心的投射。诸佛显忿怒畏怖之形，是为了降伏众生因无明而引起的贪、嗔、痴三种魔障，沉溺于三种魔障中的众生，一旦见到如此忿怒畏怖的形象，便会犹如受了当头棒喝，猛然惊醒，祛除三魔，从而获得解脱。这就是以毒攻毒之法。

知此我们才能了悟，原来诸佛菩萨本来清净，宛若明镜一般，能反映众生百相。遇祥和者则显示寂静相以化之，遇暴烈者亦可显示忿怒相以调伏之。我们之所以会见到诸佛菩萨的忿怒相，乃是因为各自心中仍有贪、嗔、痴之烦恼未能祛除。因而不应对忿怒诸神心生不悦或惊慌失措，而应将诸佛菩萨之忿怒相视为镜中之自我，进而反观自心，悟入无生，如此才能与其水乳交融而证得佛位，永远脱离六道轮回之苦，也不枉费佛陀之慈悲本意。

法性中阴中的112位神祇

临终中阴后，亡灵进入漫长难捱的法性中阴，在这个阶段亡灵将会遇到112位神祇。

法性中阴

第1天　第6天　第7天　第8天　第14天

42位 寂静尊（第1天—第6天）

（其中有少数忿怒相守门诸尊显现）

- 佛父佛母：10位
- 男性菩萨：8位
- 女性菩萨：8位
- 本初佛父与佛母：2位
- 六道佛：6位
- 男性守门忿怒尊：4位
- 女性守门忿怒尊：4位

10位 寂忿尊（第7天）

（面容略带怒意的表情介于寂静与忿怒之间）

- 持明诸尊：10位

58位 忿怒尊（第8天—第14天）

- 30位赫怒迦
  - 赫怒迦佛父佛母：10位
  - 寒林高丽女神：8位
  - 食尸琵萨希女神：8位
  - 兽首守门女神：4位
- 28位瑜伽女
  - 东方瑜伽女：6位
  - 南方瑜伽女：6位
  - 西方瑜伽女：6位
  - 北方瑜伽女：6位
  - 守门瑜伽女：4位

2位 忿怒尊（第14天）

- 大黑天
- 阎摩天

$$
\begin{array}{rr}
 & 42 \\
+ & 58 \\
\hline
= & 100 \\
+ & 10 \\
+ & 2 \\
\hline
= & 112
\end{array}
$$

10：经常被遗忘的寂忿相第7天持明主尊

2：还有第14天时才显现的大黑天与阎摩天

Part 2



死亡的那一刻　临终中阴

临终中阴阶段是亡者能否即身成佛的关键时期，当临终者处于弥留状态时，其意识会有短暂的昏迷，此时第一明光将会显现，如果临终者此刻能够认出第一明光，就可以即刻获得解脱。但如果临终者识认第一明光失败，意识将完全清醒成为净幻身，此时又会显现第二明光，这也是临终者在临终中阴中获得解脱的最后一次机会，如果再次失败临终者只能进行进入法性中阴去经历痛苦的七七四十九天的考验了。

本篇图解

读诵的方法 /45
意识从头顶的梵穴离去 /46
读诵《中阴闻教救度大法》的步骤和程序 /46
佛的三身、法身、报身、化身 /49-51
四大分解 /53
看见明光的时间长短因人而异 /57
根本明光的显现 /58
明光可以在生前和死后出现 /58
生命之脉 /61
生命之风集中在中脉上师的关键处理 /61
意识脱离之处 /63　三种破瓦法 /63
修习大手印 /69
空性与心灵的合二为一 /71
本初佛 /72-/74　明光强弱的变化 /76
净幻身 /77　领悟第二明光 /81
母子实相的相聚 /82　即身成佛 /91
红白明点的相遇 /85　三种境界的领悟 /85
无相禅定与有相禅定的比较 /88

临终者家人和诵经者必知

《中阴闻教救度大法》的诵读方法与步骤

本章相关经文
270-274页

读诵《中阴闻教救度大法》要按照一定的方法和步骤来进行，这样才能达到协助亡者安稳地走完生命的最后旅程的目的。在正式进入死亡的中阴历程之前，我们有必要先来对这些方法和步骤作一下介绍。

读诵《中阴闻教救度大法》的人选

优先考虑：死者的上师喇嘛是应该优先考虑的读诵者。西藏人把上师称为"咕噜"(guru)。他们一般都具有比较高的修行，由他们来为亡者读诵可以起到更好的效果。

其次考虑：如果没有上师喇嘛，也可以选择亡者生前比较信任或喜爱的共修师兄、师姐来为亡者读诵。

再次考虑：在不得已的情况下，也可以选择死者敬爱的好友为之读诵。

读诵《中阴闻教救度大法》的方法

1、遗体在面前

（1）读诵者靠近亡者的耳边，清晰地为之读诵，悉心地进行指导，以唤醒亡者的意识。

（2）注意千万不要触及遗体。此时，亡灵的意识会从头顶的梵穴离开。如果在这个过程中由于触碰遗体而使亡灵的意识受到干扰，就会导致意识从其他穴道离开，有投入非人世界的危险。

2、遗体不在面前

（1）读诵者选择亡者生前经常坐卧的地方，想象亡者就坐在读诵者的面前，依照前述方法仔细诵读《中阴闻教救度大法》。

（2）注意旁边不要有亡者亲属哭泣，这种哭泣声也会对亡灵的意识产生干扰，使其不能专心聆听教法。

读诵《中阴闻教救度大法》的步骤

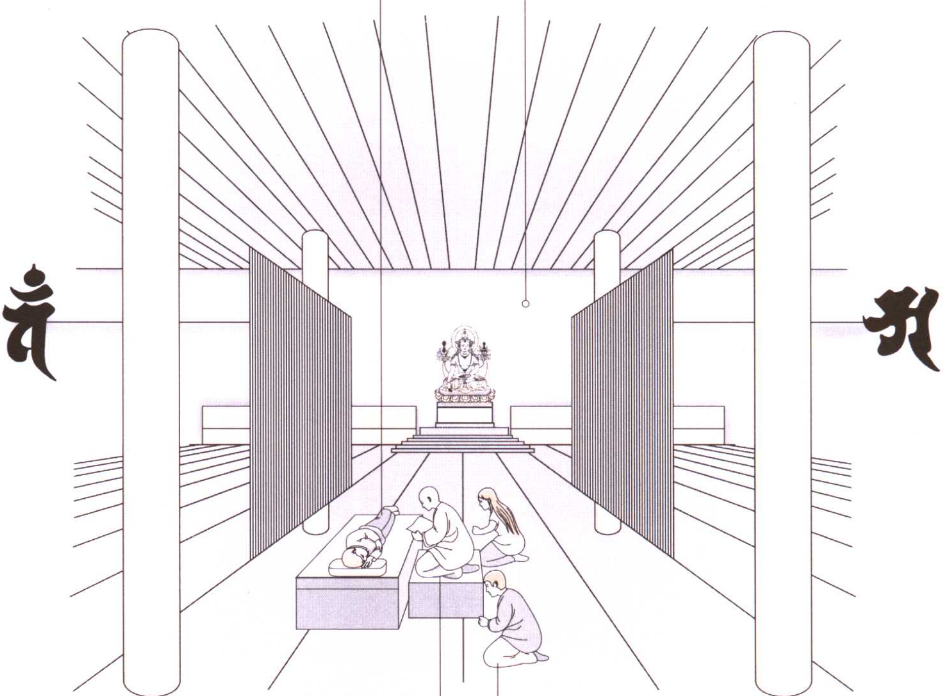
1、进行供养三宝的仪式

三宝包括：佛宝、法宝和僧宝。

（1）实体供养：有能力筹备三宝的人家，当应尽全力准备，采取实体供养的方式。

（2）观想供养：对于没有能力备齐三宝的人家，也应尽力准备实体宝物进行供养，对于不足的供养物再采取观想的方式祈请。

读诵的方法



总之，供养三宝一定要虔诚，尽最大努力来筹办才是供养的关键。

2、读诵四种偈

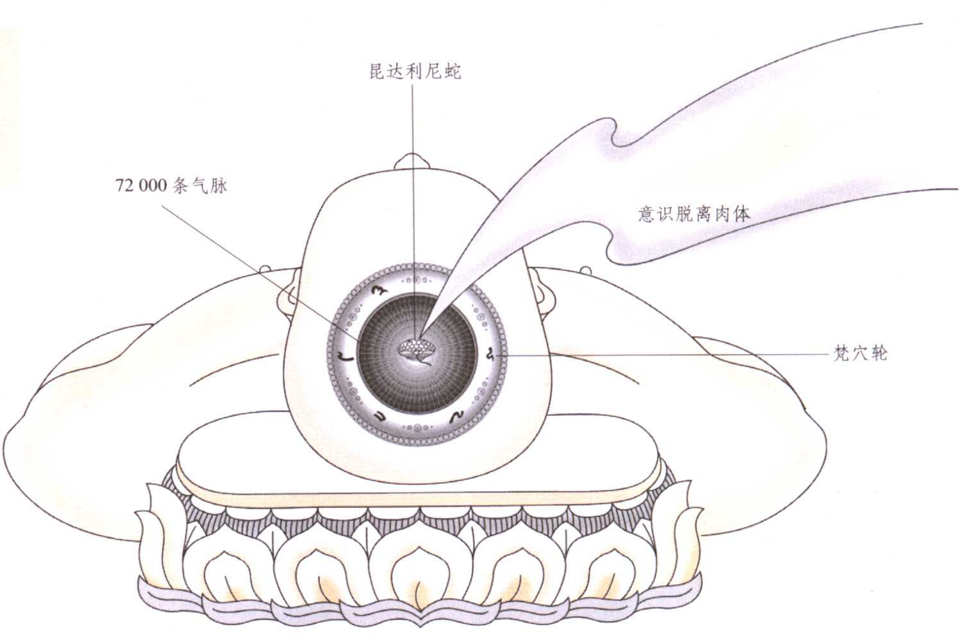
"偈"是佛教仪式中的唱颂，《中阴闻教救度大法》中为我们提供的四种偈，每一种要诵读 7 遍或 21 遍，同时注意吐字清晰，语速适中，语气和缓。下面对这四种偈分别作一说明：

（1）祈请诸佛菩萨加被偈：此偈可以祈请诸佛与菩萨前来救度亡灵。通过这种请求可以达到呼唤佛与菩萨的目的。

（2）祈求护免中阴险难善愿偈：读诵这种偈可以护送亡灵在中阴的路上平安度过各种危险和困境。

（3）六种中阴境界根本警策偈：此偈是对于六种中阴境相的警示。

（4）祈求护免中阴恐怖善愿偈：亡灵在中阴世界将会遇到许多恐怖的景象，读诵此偈可以减轻亡灵心中的恐惧，护送亡灵走过中阴之路。



名词解释

梵穴

梵穴位于头顶。又称为"颇哇","颇哇"是藏语，意思是：藉由心的专注，依射识之功德，可以使我们的染垢消灭，登达彼岸、往生阿弥陀佛净土，令意识超越轮回的束缚。

意识从头顶的梵穴离开

人体周身存在72，000条气脉，七大梵穴轮，一根主通道和一条尚未唤醒而处在休眠状态的圣蛇。通过打通气脉，使生命之气唤醒那条蛇，使他穿过所有的梵穴轮而到达体外。一般亡灵的意识如果在不受干扰的情况下也由头顶的梵穴离开。但如果意识由身体的其他穴道离开，就有可能会投入非人世界。

读诵《中阴闻教救度大法》的步骤和程序

诵读《中阴闻教救度大法》是活着的人给死者最大的帮助，但它有一定的程序和方法。

步骤1 供养三宝（佛法僧）
- 实体供养
- 观想供养

步骤2 诵读四种偈（每类诵读7至21遍）
- 祈求保护＝祈请诸佛菩萨加被偈
- 免于危险＝祈求中阴险难善愿偈
- 提出警示＝六种中阴境界根本警策偈
- 免于恐惧＝祈求中阴恐怖善愿偈

步骤3 诵读"中阴闻教救度大法"（诵读7至21遍）
- 在临终中阴时—显现明光
- 在法性中阳时—显现重要提示
- 在投胎中阴时—关闭胎门

名词解释

三宝

三宝就是佛法僧，因为在佛法僧中，能够产生无量的功德，发挥无尽的妙用。佛法与僧的功德妙用，是通于世出世间的，所以称之为三宝。通过这三宝的化导，可以使人平安地在人间生活，更可使人在人间离苦得乐。所以三宝是超出于众宝之上的众宝之宝。

3、读诵《中阴闻教救度大法》

在供养三宝和读诵四种偈之后，才能开始进入《中阴闻教救度大法》的诵读，《中阴闻教救度大法》要在三个中阴阶段分别诵读7或21遍，各有不同的作用，分别介绍如下：

（1）临终中阴：临终时，会有明光显现于亡灵的面前，亡灵只要能够识认明光，就可以获得解脱。读诵此法最重要的就是为了协助亡者识认这些根本明光。

（2）法性中阴：法性中阴的世界中会显现一系列由亡灵的内心所投射的幻相，这些幻相会对亡灵进行干扰。读诵此法可以对亡者进行指导和提醒。

（3）投胎中阴：投胎中阴是死亡历程的最后阶段，也是最关键的阶段。读诵此法可以协助亡灵投生到较好的世界中去。

生死由命，何必伤心

从古至今，人们都在追求长生不老的灵方。但死亡并不会因为人们的惧怕而消失。尽管现代医学的进步可以适当地延长患者的生命，但绝不能使人长生不死。相反，对于一个风烛残年的老人来说，费力去维持一架衰朽的身躯，只会增加他们肉体和心理上的痛苦，损害他们做人的尊严。既然亲人的大限已至，我们何不放开对其衰朽肉身的眷恋，让他们轻轻松松地奔赴极乐世界呢？

有这样一则故事。传说后唐的保福禅师在圆寂前曾把所有弟子叫到身边，对他们说："我近来感觉气力不继，想来大概是时限已至。"弟子们听后顿时躁动起来。有的弟子乐观地安慰他说："师父的身体仍然很健康，请您不必多虑。"有的弟子则满怀眷恋地说："师父，我们仍然需要您的指导。"还有一些"懂事"的弟子则劝他要加倍保重身体，常住世间来为众生说法。一时之间，寺中充满了喧哗之声。

这时，众人中一位弟子问道："时限若已到时，禅师是去好呢？还是留下好？"声音非常清朗。保福禅师笑了，亲切安详地望着这位弟子说："你说，怎么样才好呢？"这个弟子毫不考虑地答道："生也好，死也好，一切随缘由他去便好！"禅师听后哈哈大笑，满意地说道："我心里要讲的话，不知什么时候都被你偷听去了。"言罢，保福禅师便圆寂化去。

从这个故事中我们可以看出，彻悟的佛教徒对于生死的看法是与凡夫俗子截然不同的。他们早就看穿了生必有死的生命现象，怀着随缘自适的心态，对于亲友师长的离去不会过分眷恋和挽留。他日轮到自己生命结束之时，同样也会从容以对。活着就要有意义，死也要安详自在，这便是佛教的生死观。

我们虽不能像得道高僧一样，自知死期，沐浴、礼佛后坐脱立亡而毫无痛苦，但只要生前有意识地进行禅定修持，临终时又有上师亲友诚心助念，每个人都有希望往生净土，永远脱离轮回的苦海。如此看来则死有何哀呢？我辈当应欣然而往！

临终者死前那一刻的第一法文 “皈敬文”

在临终者死前的那一刻，上师要先顶礼读诵“皈敬文”，礼敬三位圣尊，以引导临终者进入临终中阴。这也是《中阴闻教救度大法》的第一项内容。

皈敬文的内容如下：

稽首法身 不可思议 无量光佛

稽首报身 莲花安乐 忿怒部尊

稽首应身 护佑有情 净圣莲生

在皈敬文里提到了“三身”，即法身、报身和化身，它们都是佛的显现状态。其所对应的无量光佛、莲花部寂静和忿怒诸尊以及莲花生大师就是我们所要礼敬的三位圣尊。临终者在不同的中阴阶段得到解脱，可以获得不同的成就，具体如下：

法身成就——佛陀理法的聚集

法身(Dharmakaya)代表人人与生俱来的真性，它是伴随一个人始终的。只不过绝大多数的人被愚昧和无知所蒙蔽，所以无法看见自身的真性，只有达到佛陀觉知境界的人才能体悟到这种状态。法身是佛陀的理法的聚集。临终者如果能够在临终中阴彻悟真性，得到解脱，就可以获得法身成就。在《中阴闻教救度大法》中，法身显现的是无量光佛，即来自西方的阿弥陀佛。

报身成就——佛陀智法的聚集

报身(Sambhogakaya)是由佛陀的智慧功德所成的，是佛为菩萨说法而变现的身形，所以只有菩萨才能看到。报身是佛陀智法的聚集。亡灵如果在法性中阴得到解脱，就可以获得报身成就。在《中阴闻教救度大法》中，报身显现的是莲花部的寂静与忿怒诸尊。

化身成就——佛陀功德法的聚集

化身（Nirmanakaya）是应众生的机缘而变化显现出的佛身，众生应以何身得度，即现何身而度之，所以又名应化身，或变化身。化身是佛陀功德法的聚集。亡灵如果在投胎中阴得到解脱，就可以获得化身成就。在《中阴闻教救度大法》中，化身显现的即是莲花生大师。

佛的三身：法身、报身、化身

在皈敬文中提到的佛的三身，法、报、化三身，其实它们都是佛的显现状态，具体说它们是佛性的三种不同的存在或者说表现形式，但它们不是三个彼此独立的、真实存在的东西。知道什么是三身，其实就是知道了什么是佛性，对于如何理解三身，我们可以通过电灯与所照射的物体来比喻：电流为法身、灯光为报身、所照物为化身。

法身 超越形色的状态

法身(Dharmakaya)代表人人与生俱来的真性，它是伴随一个人始终的。只不过绝大多数的人被愚昧和无知所蒙蔽，所以无法看见自身的真性，只有达到佛陀觉知境界的人才能领悟到这种状态。



1 如果在临终中阴时获得解脱，即可获得法身成就。

报身 菩萨可以见到的妙相

报身(Sambhogakaya)是由佛陀的智慧功德所成的，是佛为菩萨说法而变现的身形，所以只有菩萨才能看到。报身是佛陀智法的聚集。

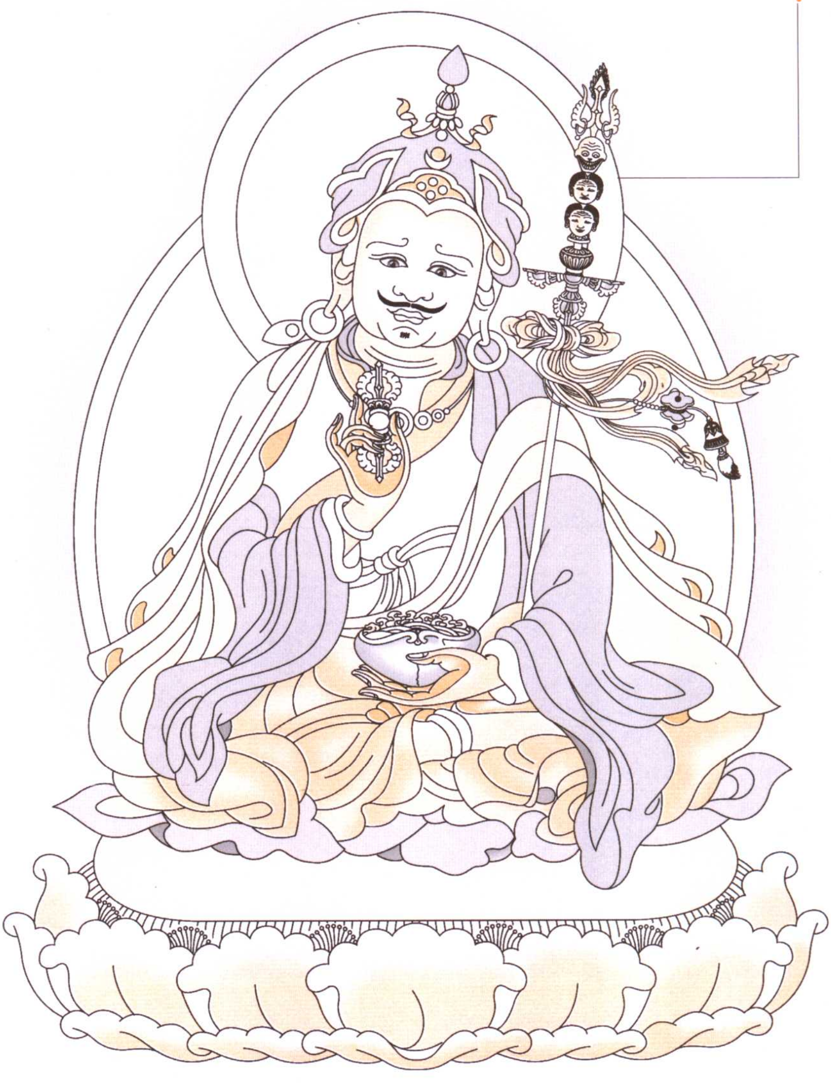
寂静与忿怒诸尊



2 如果在法性中阴时获得解脱，即可获得报身成就。

化身 诸佛显现在世间的形相

化身（Nirmanakaya）是应众生的机缘而变化显现出的佛身，众生应以何身得度，即现何身而度之，所以又名应化身，或变化身。化身是佛陀功德法的聚集。



3 如果在投胎中阴时获得解脱，即可获得化身成就。

生命结束时

四大分解

世间万物都是由地、水、火、风这四大元素所合成，而人类的肉身也是如此。当人濒死之际，我们肉身中的四大元素会渐渐分解及衰退，身体的机能也会相继失效，清楚地显现出各种死亡征兆。

四大分解包括四个阶段，即地大分解、水大分解、火大分解和风大分解。我们现将这四个阶段的征兆与临终者的应对方法分述如下：

地大溶入水大

外在征兆

临终者的身体变瘦或凹陷，皮肤开始失去光泽，面部可能会变形扭曲，鼻梁仿佛塌了下去，筋肉开始颤动，手足有抽搐的现象。

内在征兆

临终者会感到有一股强大的压力逼近肉身，并在瞬间直侵内脏，让临终者窒闷难当。视觉开始失效，知觉变得如烟熏一般，好像透过一层雾在认知一样。曾作恶业的人会感到山崩地裂的幻境，甚至开始神智失常。多作善业的人大多并不会遇到可怕的幻境。

应对方法

临终者要理解那种模糊、烟熏的知觉只是地大溶解到水大中的经历，要尝试将眼前的幻境与自己的内心合而为一，也可观想自己是在将地大分散、布施出去，透过这样的转换，不但不会感到恐怖、压迫，反而会产生一种解脱的喜悦。

水大溶入火大

外在征兆

临终者身体的一切通口——嘴、鼻子等迅速变干，面色会转为灰白，气喘急促。

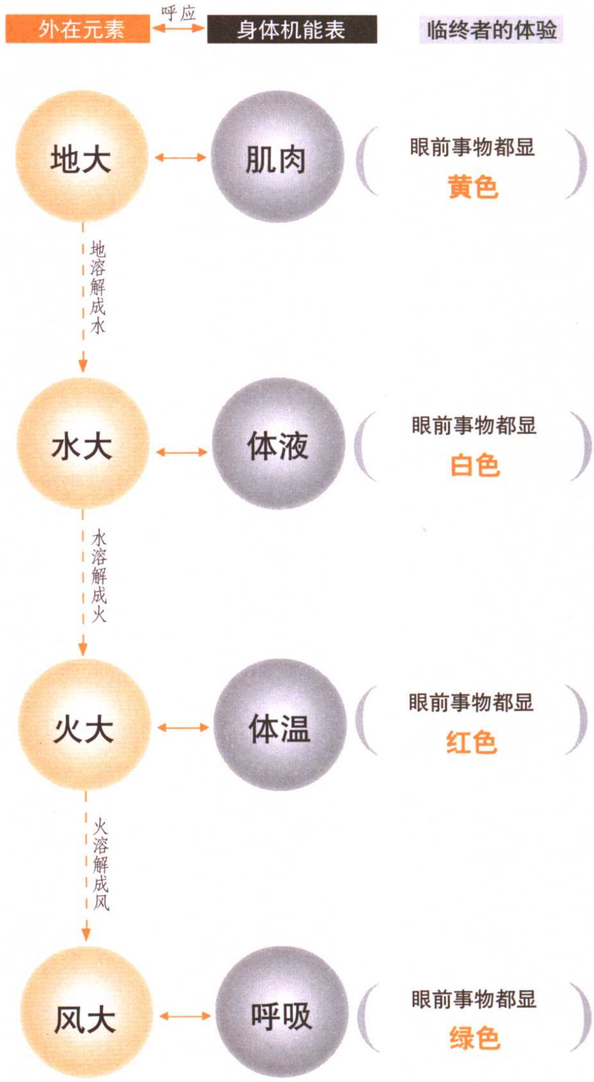
内在征兆

临终者会感觉遍体生寒，直入骨髓，苦不堪言。其所受的冰寒痛苦，远远超过裸体卧于冰雪之上。同时，临终者个人的神识认知经验也将出现好像海市蜃楼般的妄想，而移动的影像则如同梦幻一般。临终者的听觉此时开始失效，外界的声音仿佛是从很远的地方传来的一样。曾多作恶业的人，此时会感到犹如身处海啸或漩涡当中。



四大分解

死亡的开始也就是生命的四大分解的开始，四大一般是指地、水、火、风，它们与我们身体中的四种重要机能表现肌肉、体液、体温、呼吸是相呼应的，当死亡开始时，临终者会产生强烈的身体感受，这便是死亡的特征。



这时生命就将进入意识层面，会暂时丧失感官上的知觉。

应对方法

临终者面对这种情景不要恐慌，要平静地将眼前见到的幻觉都观想为自己内心的产物，都是虚幻不真实的。这样，我们的心或神识就一点也不会被改变。

火大溶入风大

外在征兆

临终者身体的温度开始迅速下降。一生中多作善业的人，体温多是由下身往上收摄至胸部，也就是说脚部会先开始变冷。生时多作恶业的人，体温则往往是由上身往下退至胸间，也就是说头部先冷。

内在征兆

此时，临终者的嗅觉也开始失灵，知觉变得像风中的火焰一般，不停地移动着，所以很不稳定。临终者还会感到如萤火虫或火星一样向上飞扬的景况。一生多作恶业的人，同时会经历身处大火中或全身着火的可怕幻境。

应对方法

临终者应该证悟出无论内在或是外在的经验，一切都是自己内心的产物，无法脱离心念而单独存在，应该观想自己好像是从火中解脱一样，由此将产生喜悦而获得解脱。

风大溶入意识

外在征兆

临终者只能够吐气却不能再吸气。

内在征兆

临终者的味觉此时也开始失效，感觉有火花闪烁，犹如烛火将熄未熄时的最后几下忽明忽弱的景况。常作恶者，此时会感到处于狂风或旋风之中的可怕幻境。

跟着下来，触觉也会失效，身体开始僵硬。到这时候，四大元素已一一分解完毕而融入意识之中，视觉、听觉、嗅觉、味觉及触觉已相继失效，只余心中的意识仍在运作。此时的意识将光耀如灯，不再为风所扰动。

应对方法

这时候，只要专心观想和领悟意识与清净光明的法界本性融合为一，就可以获得解脱。

体验死亡

四大分解是死亡过程中肉体最痛苦的时刻。在这个过程中，身体的功能相继失效，视、听、嗅、味、触各种感觉逐一离我们而去，想想就觉得实在可怕。但是有些上师却主张将观想自己死亡的景象作为一种有系统的止观法门。希望通过观想自己死亡时的真实感受——那种痛苦、悲惨与无助，还有周围亲友的忧伤——来反省自己在人世间的所言所行。这种观想将有助于提醒我们：死亡是真实的，它随时都有可能降临。

大凡曾经到鬼门关走过一遭的人，都格外懂得如何生活。既然死亡是无法逃脱的事实，为什么不在有生之年尽享此生之良辰美景，广聚善缘，以期死后得以彻底解脱呢？

在日本的京都有一个茶室，名曰“今日庵”。其名号自有一段耐人寻味的来历。

据说当年茶圣千利休的孙子千宗旦建了一间清寂的茶室，并择日约请他一向尊敬的老师清岩和尚来命名。而到了约好的这一天，宗旦却突然有事要出门。他给老师写了一张纸条，上书：“抱歉，有急事，请明日再见。”放下后便急匆匆地出去了。清岩准时赴约，却白跑了一趟，心中自然不快，便也留下一封信，信内只有八个字：“懈怠比丘，不期明日。”宗旦归来看了信后，马上赶到大德寺向清岩谢罪，并且写了一首诗以示悔过：念念今日过今日，明日是明日。于是茶室就被命名为“今日庵”。

所谓“今日庵”，正提醒我们，我们所拥有的只是今日。今日虽转瞬即逝，但却可以被我们及时把握。一个人不应该无知无为地度过一生，生前常想身后事，才能使我们不虚度任何一个今日，把眼前的每一个今日都当作为死亡作准备的契机。

能够证悟以上道理，使自己在今后僵卧病榻之时能够不为自己的一生而悔恨，从容等待真正的死亡时刻的到来，便是体验死亡的真正目的了。

解脱的良机

第一明光的出现

当临终者吸进最后一口气，呼吸停止的时候，他的生命并没有完全结束，其体内仍存有一丝气息。这个时候，“第一明光”将会显现。临终者如能把握时机，将会在这一刻获得解脱。

感知根本明光，证悟无生法身

在整个死亡的历程中，临终者面前会多次显现“根本明光”（basic luminosity)，根本明光就是我们每个人的佛性。明光显现的时候是获得解脱的关键时间。第一明光就是第一次显现的根本明光，也称“初期明光”。当临终者呼出最后一口气后，能知的神识即可体悟到本然的根本明光。第一明光一经闻证，解脱即可获得。这样便可以避开死后的中阴道路，直接证悟“无生法身”(unoriginated Dharmakaya)，即不生不灭的法身，也就是我们一般所说的“涅磐”。在第一明光显现的这段时间里，我们可以依据以下步骤，帮助临终者抓住这次机会，获取第一明光。

感知明光的方法——领悟空无纯净的内心

对于生前曾经接受过最高指导法，但未能领会的人以及生前虽然已经领会最高指导法，但是修习的次数不足的人，应该由他的上师喇嘛、信任喜爱的师兄师姐、传承相同的心灵友人等为其读诵助念，以帮助临终者体悟空无纯净赤裸的心灵状态，获得第一明光。

诵文内容如下：

尊贵的某某(称呼其名)，现在是您求道的时间了。当您呼吸停止，临终中阴的根本明光将显现在您的面前，这道明光在您生前上师已经指导过您了。这是如同宇宙般开放、空无的“实相”(dharmata)。既没有边界，也没有中心，如同光明般空无与纯净赤裸的心灵。请认出它来，然后安住在这个境态。同时，我也将协助您证入其中。

读诵此诵文时须注意，任何读诵者必须发音正确、吐字清晰、声音洪亮。

明光显现的时间有长有短

第一明光显现的时间是临终者吸入最后一口气，但尚未吐出最后一口气的这段时间。这时虽然临终者的呼吸停止了，但是他的意识还没有完全脱离肉身，而是处于一种昏迷状态，这就是我们一般所说的死前的“弥留状态”。这时，身

体内流动的生命能量——“生命之风”将汇聚到肉身的中脉，进而体验第一明光。对于不同的人来说，第一明光显现时间的长短是各有差异的。明光显现的一般时间大约是常人吃一顿饭的工夫，但也有可能更长或更短，这与临终者生前的品行气脉以及瑜伽修行的次第有很大的关系。明光显现时间的长短会对临终者产生很大影响，如果时间延长，则会对临终者识认明光非常有利；相反，如果时间过短，那么临终者要想在转瞬之间体认明光就相当困难了。

（1）生前的瑜伽修行有助于延长明光显现的时间

有些瑜伽修行者生前曾接受过很好的瑜伽训练，他们经常透过禅定修行来关照自心，已经彻悟了本自的心性，并且对自己的心性能够自由地控制，那么这些人就可以在临终中阴阶段延长明光持续的时间。这对于临终者的意义不仅在于可以给自己更多的时间来体认明光，同时也在于可以让上师有更多的时间来帮助自己将生命之风汇聚于中脉，进而给自己更大的机会来获取明光。这个道理就像我们进行一场考试，答题的时间越长，那么我们获胜的机会也就越大。据记载，这种弥留状态最多可以持续七天，也有人持续三天至四天。

（2）生前不纯的品行将会耗损明光显现的时间

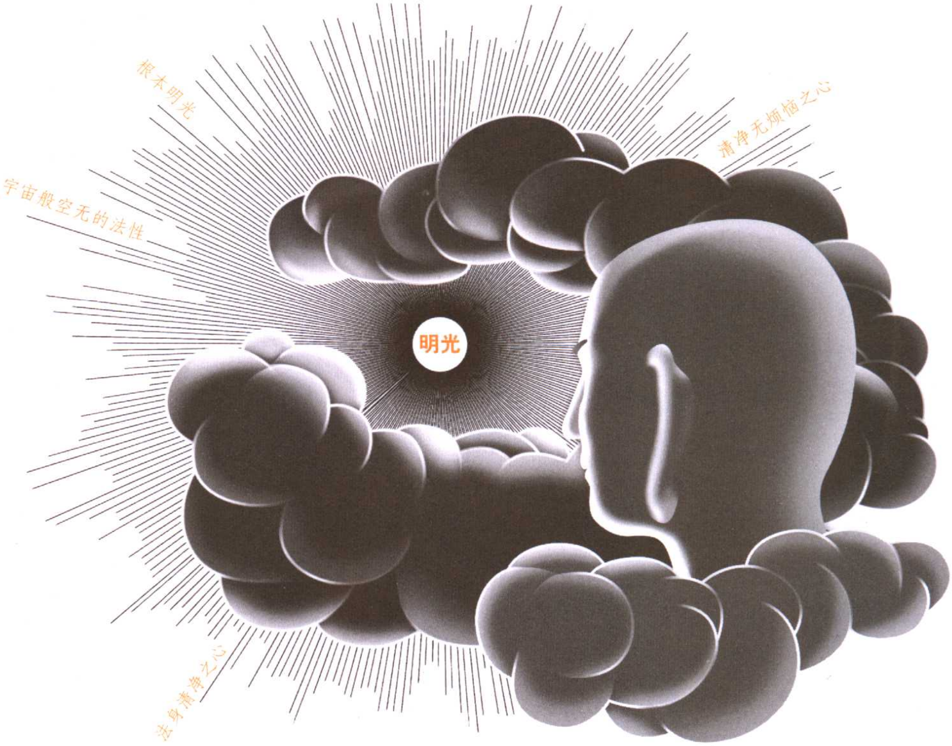
相反，有些人生前的品行不够端正，还有一些人气脉不够健全，这些人会损失看见明光的时间。明光在他们的面前有可能只是昙花一现，转瞬即逝了。过短的时间不仅使临终者来不及辨别和体认明光，同时也使上师无法协助临终者汇聚生命之风，因而临终者也就很难在明光显现之时获得解脱了。

看见明光的时间长短因人而异

恶人	普通人	修行者
2–3 秒左右 （就如同弹指之间的极短时间）	20 分钟右左 （大约是一顿饭时间）	3–7 天 （还可以延续更久）

根本明光的显现

根本明光在临终中阴时会显现两次，分别为第一明光和第二明光。所以临终者有两次机会获取明光，得到解脱。



明光可以在生前和死后出现

		明光出现的时机	明光出现的状态
活着时	生处中阴	一个念头与下一个念头之间的间隔	明光将显现 但时间极短不一定会认出
活着时	梦里中阴	半梦半醒之间	明光显现 并可以被认出
死亡历程	临终中阴（生命将结束）	临终到进入法性中阴之前	明光将显现 但时间极短不一定会认出
死亡历程	投生中阴（生命将开始）	投生中阴显现即将消失 生处中阴过程景象出现前	明光将显现

把握第一明光

根本明光在呼吸停止之后出现，这对于刚刚经历了痛苦的四大分解的亡者来说，无疑是茫茫黑夜里的第一道曙光。它是引领亡灵走向净土的第一个希望，也是亡灵获得解脱的大好时机，因此经书中提醒我们一定要牢牢把握。

然而，同样是有上师友人助念引导，却并不是每一个人都能够抓住机遇；同样是第一明光显现，不同的人却有长有短。一切全在各人生前的修行层次和业力积累。

有一个自伞自度的故事，说的是一个人在屋檐下躲雨，这时一位禅师正好撑着伞从檐下走过，于是这人就对禅师说道："禅师，请您普度一下众生，带我一程如何？"

禅师打量了一下那人，说道："我在雨里，你在屋檐下，这里有雨，而檐下无雨，所以你不需要我度。"

那人有意要为难一下禅师，便立刻从檐下走了出来，站在雨中，说："现在我也在雨中了，您可以度我了吧？"

然而禅师却并不为之所动，说道："你我同在雨中，我没有淋雨是因为我有伞，你被雨淋，是因为你没有伞。所以不是我度你，而是伞度我。你要被度，不必找我，请自找伞。"

同样的道理，一个人死后能否把握明光，获得解脱，关键也是在于我们自己。就像一个熟习武术技法的人，当遇到高人指点，或得到剑谱秘籍，一看便能领悟其中的玄妙，迅速提升自己的武功层次。相反，对于一个从未有过习武经验的门外汉来说，要想听懂高人或秘籍所讲的内容，就是一件非常困难的事了。佛祖虽然以慈悲为怀，普度众生，但是如果众生迷误，自己不修得一把"伞"，无法领悟佛陀的智慧，则谁也无法度其解脱。所以，明光就在眼前，全看人怎样把握。

获得解脱必经的秘密通道

生命之风

当人体的四大相继分解之后，其体内的内息即生命之风将汇聚于中脉，如果临终者这时能够领悟第一明光，使生命之风从头顶逸出，那么就可以即刻获得解脱。

走向解脱的第一步——生命之风汇聚于中脉

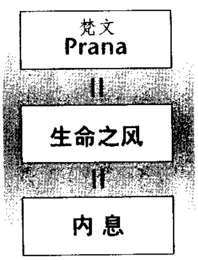
四大分解结束之后，人将向外呼出长息三次，只有出气没有入气，直至外气断绝。此时外气虽然断绝，但内息尚存。内息就是人体内的生命之风(prana)，这时它将集中于人体的中脉，并作短暂的停留。中脉又名都帝，也被称为“智慧脉轮”(wisdom dhuti)。生命之风实际上就是流动的生命能量，这种生命能量汇聚到中脉是获得解脱必经的秘密通道，也是走向解脱的第一步。

走向解脱的第二步——明光显现于意识之中

当生命之风汇聚到中脉之后，第一明光将清晰地显现在临终者的意识之中，进而这种最深层的、本原的、清净的意识就将脱离临终者的肉体。而临终者此时所要做的，就是把握这关键的机会，在生命之风停留在中脉的短暂时间里，领悟出这种本然的第一明光，这样就可以使生命之风沿人体的中脉从头顶梵穴笔直冲出，进而就可以直接升入清净佛土。

相反，如果临终者体认明光失败，无法将生命之风控制在中脉，进而让生命之风逆流而从肉体的左、右脉窜出，那么，临终者就将失去即刻获得解脱的机会，继续进入到中阴世界后面的环节，经历各种险境和考验。

因此，读诵者一定不要忽视生命之风的关键性作用，要抓住时机及时为临终者进行读诵。如果等到生命之风窜入左右脉之后再来读诵，那么就为时已晚了。

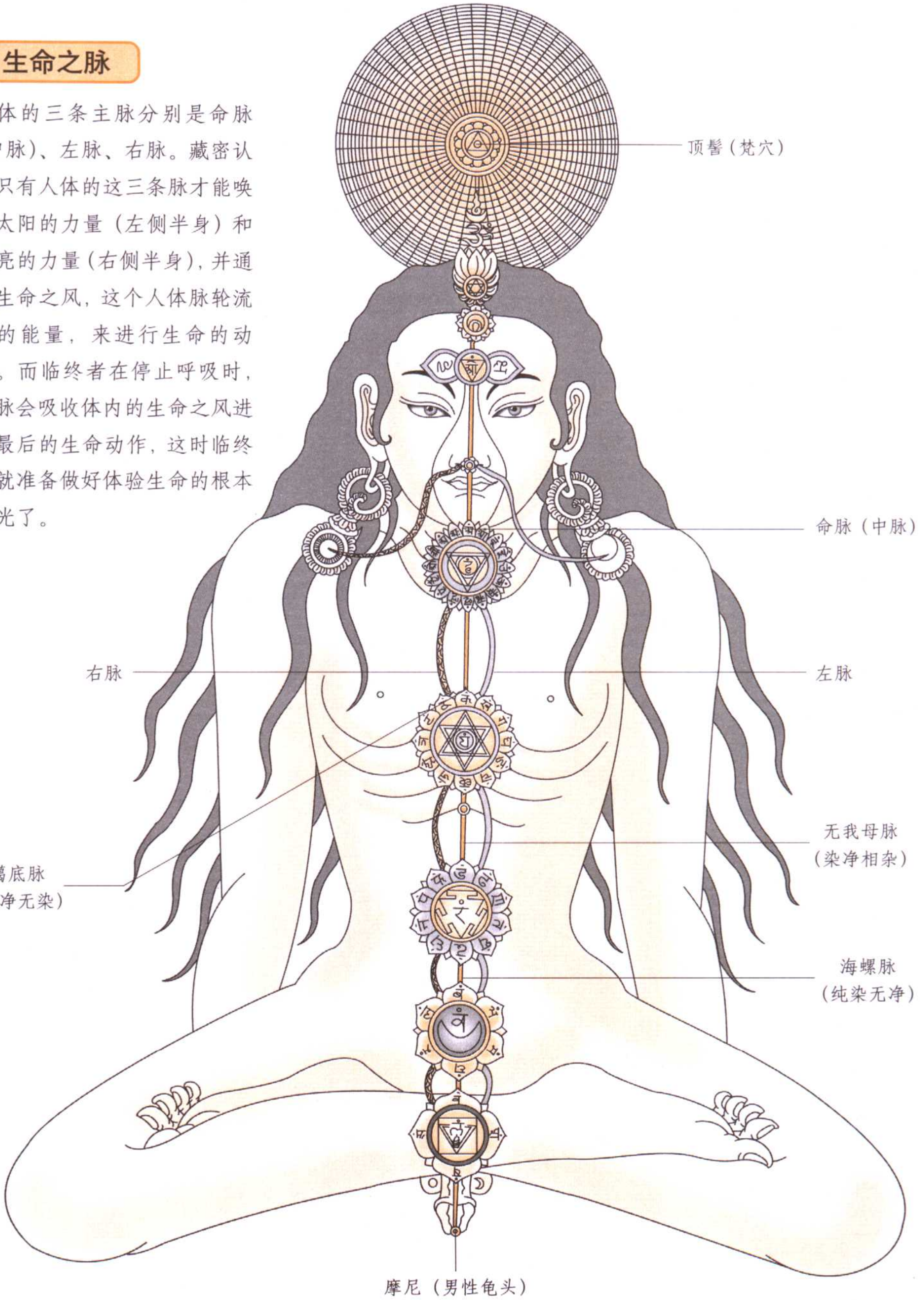


生命之风

生命之风来自冥冥。始于太阳耀眼的光辉，
来自冰川期封冻的冰凌，起于晨光下花瓣上的露珠，
生于少女双颊的绯红，掠过广袤无际的原野，
旋上高耸入云的雪峰，炸成霹雳，响作惊雷，
它是流动的生命能量啊！将鲜活的生命支撑。

生命之脉

人体的三条主脉分别是命脉（中脉）、左脉、右脉。藏密认为只有人体的这三条脉才能唤醒太阳的力量（左侧半身）和月亮的力量（右侧半身），并通过生命之风，这个人体脉轮流动的能量，来进行生命的动作。而临终者在停止呼吸时，中脉会吸收体内的生命之风进行最后的生命动作，这时临终者就准备做好体验生命的根本明光了。



生命之风集中在中脉上师的关键处理

1 清楚读诵诵文 → 2 让临终者侧卧呈狮子卧式 → 3 按住临终者的静动脉。

将意识引向净土的最殊胜法门
破瓦法

在四大分解的过程中，如果临终者能够一直保持清醒的状态，识认出各种死亡征候，并且能够忆念出破瓦法，就可以将意识迁移到美好的净土，获得解脱。破瓦法是将意识引向净土的最殊胜的法门。

启动破瓦法的前提——避免临终者睡着

临终的人一定要在整个死亡的过程中保持清醒的状态，才能够清楚地感受到整个死亡的历程。而如果临终者在这个过程中睡着的话，就会错失很多解脱的机会。为了帮助临终者保持清醒的状态，亲友可以采取以下几种措施：

（1）读诵诵文呼唤临终者

读诵者此时应该在临终者的耳畔清晰、反复地诵读上述的诵文（见第56页），用读诵的力量来唤醒临终者的意识。同时诵文中的内容也将被临终者牢记，进而对其中阴历程进行指导。这种读诵要一直持续到临终者停止呼吸为止。

（2）采用有利的狮子卧姿

对临终者最为有利的姿势是“狮子卧式”，即左手放在左大腿上，右手放在颚下，闭住右鼻孔，两腿伸展，稍稍弯曲。释迦牟尼佛在涅磐时所采用的就是这种卧姿。采用狮子卧式要注意把握时机，要在临终者呼吸停止的那一刻迅速帮助实行。

（3）按住颈动脉以防睡着

临终者颈部的两条动脉会发生震动，从而导致临终者进入昏睡状态。所以此时还要请经验丰富的上师协助将这两条动脉牢牢地按住，以阻止其震动。需要特别说明的是，此法具有一定的危险性，所以一定要请经验丰富的上师来施行。一般人经验不足，恐怕会操作失当，对临终者产生不利的影响。

上述后两种方法也是控制生命之风从中脉逸出梵穴，防止逆流的有效方法。

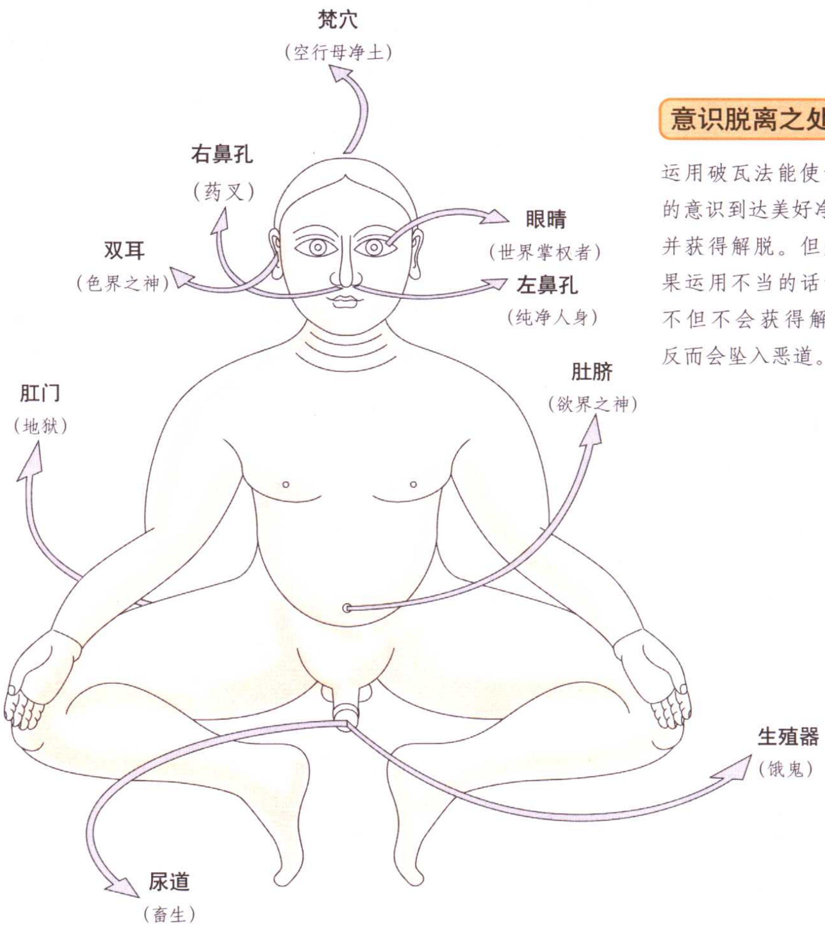
这里再对脉轮与生命之风作一下补充强调，以明确认识：

① 生命之风是在人体内流动的生命能量，它在左、中、右脉中都可以自由流动。

② 生命之风只有被控制在中脉，临终者才有机会获得解脱。而如果生命之风向左、右脉逃窜的话，那么就会导致临终者继续在中阴世界中接受考验。

③ 要想控制生命之风在中脉流动，最有效的方法就是按住临终者颈部的两条动脉。

④ 生命之风既已被控制在中脉，就可以从头顶的梵穴逸出，临终者将获得大圆满的解脱。



意识脱离之处

运用破瓦法能使亡者的意识到达美好净土，并获得解脱。但是如果运用不当的话亡者不但不会获得解脱，反而会坠入恶道。

三种破瓦法

法身破瓦法

子母明光的相遇

如果成功 → 天空变得清澈无暇
面色、身体有光泽并长时间不变

报身破瓦法

观想根本本尊，并以报身形象显现。
（如：金刚总持、观音菩萨）

如果成功 → 天空充满彩虹与绚丽的光
梵穴出现血液、体液与肿胀现象

化身破瓦法

祈求化身佛显现
（如：释迦牟尼、弥勒菩萨、莲花生大师）

如果成功 → 天空出现如意树、彩云与彩虹而且会降花雨。
左鼻孔流出血、淋巴、明点露珠。

准确诊断各种死亡特征

临终者要想启动破瓦法，首先第一步就要诊断出各种死亡征候。这种诊断可以通过两个途径来实现，其一是临终者依靠自己的力量进行诊断，这需要临终者生前有很好的瑜伽修行，常人很难达到；其二就是依靠其他人的协助来进行诊断。这就需要读诵者（我们前面提到过的人选）在临终者的身旁大声为其诵读死亡的征候，以提示其进行辨认。可依照下文诵读：

（对象：所有的人）

现在，地溶于水的征候已经出现了。

接着，水溶于火，火溶于风……

尊贵的某某，不要让您的心灵受到迷离。

注意：如果临终者是僧侣，则称呼“敬爱的法师”。诵文中所说的“水溶于火，火溶于风……”就是用来提示临终者观察死亡显现的征候。

回忆出破瓦法的过程，获得自发性解脱

经过前述的环节，临终者通过自力或者他人的协助逐一诊断出各种死亡征候，那么依照“诊断死亡征候的自发性解脱”(self liberation by observing the characteristics of the symptoms of death)的指示，临终者此时只要能够回忆起破瓦法的法门和过程，就可以依照此法使意识迁移到美好的净土，这就是自发性解脱。自发性解脱是一个自然的过程，不需要人为的思考和刻意的努力，就像我们下班回家一样，不知不觉中清净的佛土就到眼前了。

这里有必要强调的是，要想在死后获得这种自发性解脱，首先必须能够回忆起破瓦法的法门和过程。因此，生前进行破瓦法的修习是非常必要的。

对于那些生前没有破瓦法修习经验的人，就只有依靠其他有很高修行成就的人来进行救度。总之，破瓦法是往生净土的最殊胜的法门。

相信破瓦法的力量

破瓦法是将识神迁移到阿弥陀佛的世界中去的最殊胜的法门。破瓦法可以由有修行的亡者自力实现，也可以由别的有修持的人来帮助亡者，以大悲心及法力钩摄亡者的识神，进而来实现。关于破瓦法的神奇力量，民间就广为流传着这样一个故事：

在一个寒风刺骨的黄昏，西藏北方一户游牧人家的户长过世了。那里人烟稀少，很难找到寺庙或喇嘛，所以这家人非常犯愁。这时凑巧有一位衣着褴褛的喇嘛经过，所以他们连忙上前请求他帮忙。

这位喇嘛很痛快地答应了那户人家的请求。当他走到亡者床前准备开始念咒时，那一家人恭敬地请这位喇嘛修“破瓦法”，以便让亡者投生到西方净土。然而喇嘛说：“很抱歉，我只是一个贫穷不识字的佛教修行者，尚未学会那种密法。但是我对活佛噶玛巴有无尽的信心，他就像是通往西方净土的大门。为此我愿意来试一试。”

于是他开始一再念诵著名的噶玛巴名号的咒言：“噶玛巴千诺！”（意思是：“噶玛巴，请忆念我！”、“噶玛巴，一切您都知道！”）他热烈地持诵着，每念满一串一百颗的念珠时，他就用念珠打一下床上的尸体，祈求依活佛噶玛巴的名号，引导亡者的神识往生西方极乐净土。

片刻之后，人们惊喜地发现开始有迁识成功的迹象显现：悦人的香味开始弥漫，尸体头顶上的头发掉了下来，顶穴有一个大肿块隆起。亡者的神识便由此离开，往生净土。在场的人都很欢喜，对这位行脚僧大表感激。同时，所有的人也开始跟着虔诚地念诵噶玛巴的心咒，祈求今生能得到阿弥陀佛的加持，并能证得大解脱。

这位贫穷的佛教修行者虽然并不懂得破瓦法的咒言，但是他以噶玛巴的名号作为代替，虔诚地念颂，同样成功地使亡者的意识迁移到美好的净土。由此可见破瓦法力量的强大。修习破瓦法能够使我们为死亡预作准备，也可以帮助临终或已经死亡的亲友获得解脱，我们每个人都应该相信破瓦法的力量。

“昏迷状态”怎能看到明光

临终者的三种意识

当明光显现之时，临终者正处于一种昏迷的状态之中。然而此时临终者却要看到明光并安住于其中，这又如何能够做到呢？弄清这个问题需要对意识作进一步的研究。

形形色色的意识

我们可以根据意识状态的由浅入深，将意识分为三类，即：表层意识、潜意识和最深层意识。

（1）表层意识

所谓表层意识，就是感官接触六尘所吸收、累积在我们头脑表面上的东西。它既包括感官意识，也包括简单的心理意识，比如大脑对于外界的一些基本印象。表层意识是我们在清醒状态下最一般的意识形态。

（2）潜意识

潜意识是指潜藏在人们心灵深处，很少表露出来的意识。比如我们对于某物的好恶情绪、突然一闪的念头等，它们会在无形之中左右人们的行为。

（3）最深层意识

最深层意识是被表层意识所掩盖的最真实的自我意识，也就是人们最真实的本心。它在人们清醒时处于一种睡眠的状态。

两种意识的昏睡与第三种意识的觉醒

在临终中阴的第一阶段，临终者处于一种不清醒的昏迷状态。说其“不清醒”，就是因为平时非常活跃的表层意识以及偶尔会出现的潜意识在此时都暂时停止了作用，而最深层意识就在这个时候开始觉醒。临终者只有透过这种没有干扰、没有掩盖的真实本心才能够看见并且体认那本然的根本明光。因此，临终者在昏迷状态下看到明光的秘密就在于：一种沉睡的意识——最深层意识被唤醒了。

需要特别注意的是，表层意识与潜意识并不会一直昏睡下去，在进入临终中阴的第二阶段之后，它们会再次醒转过来。这时，周围外界的情况也会再度对临终者构成干扰，临终者将很难集中最深层意识来体认明光，而明光的强度也将逐渐晦暗下去。

因此，对于临终者来说，一定要及时把握机会，在临终中阴领悟明光，往生佛陀净土。否则进入法性中阴，亡灵所要面临的考验将会更为艰难。

让本心去寻找光明

体验明光的主角——最深层意识实际上就是我们的本心自性。是摆脱了执著的凡夫心遮蔽的最赤裸最纯洁的心灵。一般人由于受凡夫心的干扰，都无法在生时体悟到自己的本心，只有死后进入无意识状态，本心自性才能得以觉醒，明光才能显现。明光显现之时是亡灵获得解脱的关键机遇。然而过不了多久，凡夫心就会重新苏醒过来，继续干扰本心自性对明光的体悟。这些干扰本心的凡夫心就像是心灵中的渣滓，因此，每一个人都应该将其涤荡干净，在本心的纯净状态中感受来自净土的明光。

如果我们在生时没有进行过禅修，或者禅修的功夫不深，那么在弥留状态过后，凡夫心苏醒，明光变得模糊不清之时，就索性安静下来，让所有的烦乱心绪慢慢沉淀，让自己的本心自性去寻找光明吧！

也许一开始的时候这很困难，亲人的悲痛、生前的遗愿，每一样都像毒龙一样在脑海里不断盘旋。但是不必急着将这些念头赶走，因为就在我们强迫自己不去想它的时候，我们恰恰正在一心一意地想它。不如就让它们像海潮一样自然地生起和消退。不必对它加以限制，但也不要过于被它所吸引。放下一切执著，保持轻松的状态。用自然旷达的心态来看待一切，就像宇宙看待它的尘埃，或者原野注视着遍地的杂草一样。或者我们也可以默想纽舒堪布的这首诗：

在自然的大安详中休息吧！
这个精疲力竭的心，
被业力和妄念打击得束手无策，
在惊涛骇浪的无情愤怒中，
在轮回的无边大海中，
在自然的大安详中休息吧！

渐渐地，我们就会发现，那些烦乱的思绪如海潮一样涨起又退去了。它们来时虽澎湃汹涌，去时却也了无痕迹。这便是荡涤了凡夫心的渣滓之后显露出来的本心，它纯净、赤裸。它将带我们感受明光的照耀，跟从净土的招引。

领悟明光的密技之一

大手印

当根本明光显现的时候，只要临终者能够达到大手印至高无上的领悟状态，就可以轻松获得解脱。

在四大分解的过程中，临终者可以依靠自己的力量或者借助于他人的帮助来逐一诊断死亡的征候，进而适时地启动破瓦法。在这个时候，上师要在一旁为其读诵下面的诵文，以坚定临终者通过死亡的过程来证悟解脱的信念，并指导临终者要将根本明光体认为法身，以利益一切有情众生为根本出发点，专心领悟纯净、空明的本自心性，进而达到大手印至高无上的领悟状态。

诵文的内容如下：

尊贵的某某，世间所谓的死亡现在就要到来了。您必须采用这样的态度：我已经来到死亡的这一刻，现在透由死亡过程来追求证悟的心灵状态。并以亲切与慈悲的态度来获得完美的智慧，如宇宙般无限量，所有一切都是为了利益有情众生。以这样的态度，在特别的时刻，为了有情众生服务。我将认知“死亡明光”(即根本明光)就如同“法身”，并在这种状态下获得体悟至高无上的“大手印”。即使无法达到这样的境界，我将领悟中阴状态就是如此。在中阴状态下识认“不可分割的大手印”。我愿意为帮助众生而努力，如宇宙般无限量，以各种方式帮助他们。

保持这样的态度不变，您必须牢记并且实践过去您所接受有关禅定的种种训练。

注意：如果临终者是师兄或师姐，应该直呼其名。

空性大手印

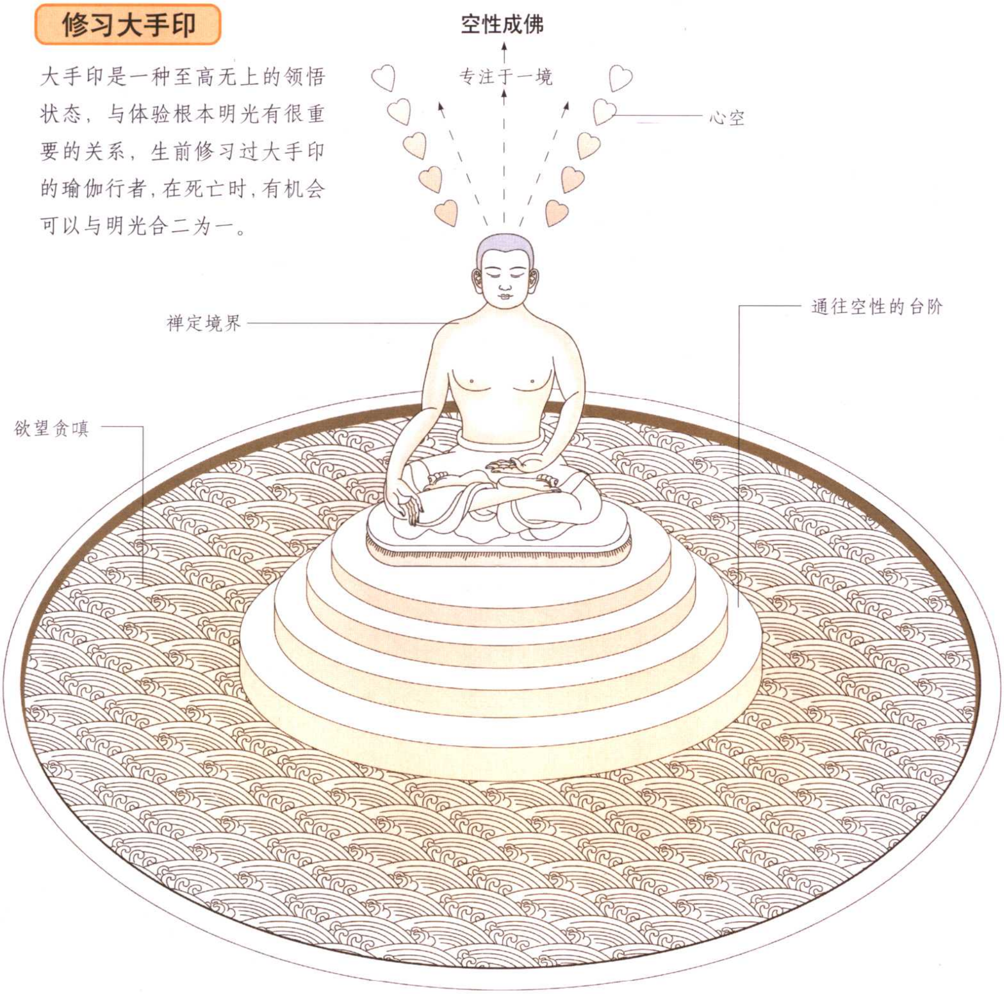
大手印(the Great Symbol)是藏传佛教噶举派的教义之一。他们主张通过禅修来平静自心，进而关照自心，发现心灵的本质。

如果心灵是平静的，那么一切都会简单；如果心灵不平静，简单的事也会变得复杂。所以平静烦恼心是证悟大手印的第一步。在心灵达到平静的阶段之后，就要努力使心灵专注于一境，不趋散乱，不起分别，这样，平静的心灵将进一步进入清明、犀利的状态。当我们凝视一个物体时，发现物体并不存在。因为物体是以心而现的，所以当我们凝视心灵时，就会发现心灵其实也不存在。当我们证悟到心的实体性即为空性时，就是获得了大手印的领悟状态。

大手印代表了圆满的、涵盖一切的法门。

修习大手印

大手印是一种至高无上的领悟状态，与体验根本明光有很重要的关系，生前修习过大手印的瑜伽行者，在死亡时，有机会可以与明光合二为一。



生前领悟空性者(瑜伽修行者)	+	体验空性者(临终者)
大手印至高无上的领悟状态		死亡明光（根本明光就如同法身）

↓

不可分割的大手印

与明光合二为一

领悟明光的密技之二

空性与心灵的合二为一

通过体悟普贤如来王佛父佛母，即实相与心灵状态的合二为一，也可以使临终者领悟明光。

为了使临终者识认出明光，从而获得解脱，需要有读诵者在一旁进行提醒和指导。根据临终者生前修行的次第不同，这种提示可以有繁简的差别。

对于修持层次较高的人的引导

如果临终者是上师或学养比读诵者高的人，可依照下文进行引导：

敬爱的上师，现在，根本明光闪耀在您的面前。请领悟它，并安住于此，体验此种境界……

对于一般人的引导

由于一般人的修行次第不高，所以对他们的引导一定要详细具体，以帮助他们识认实相即是普贤佛母，心灵即是普贤佛父，并将二者合二为一，从而获得解脱。诵文如下：

诵文 1：提示临终者体认普贤佛父佛母

尊贵的某某(直呼其名)，请听！现在，纯净的实相明光闪耀于您的面前，您应该加以领悟。尊贵的某某，就在此刻，您的心灵处于自然纯净的空无的状态中。它并不具备任何型式，没有实体，也没有质量与颜色，而是纯净的空无。这种“实相”即是“普贤佛母”(Samantabhadri)。处在这样的心灵的状态不是茫然空白的空无，而是无碍、闪耀、纯净并充满生气的空无，这样的“心灵状态”即是“普贤佛父”(Samantabhadra)。

诵文 2：提示临终者将空无与光明合二为一

您的心，是本性空无而无任何实体。您的心，也是充满生气与光明。两者不可分割，即是觉知的法身。您的心灵是处在不可分离的空无与明光，是以光体聚集的形式呈现，无生无死，即是“无量光佛”。领悟这一切是必须的。当您体悟您内心的纯净本质即是佛性，并透视您自己的内心安在觉知的心灵。

空性与心灵的合二为一

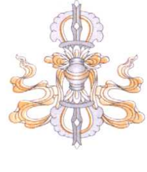
对于高级修行者，体验法性的空性与心灵合二为一，就如同普贤如来佛父与佛母的结合。



本初佛

本初佛有三位，分别是金刚萨埵 (Vairasattva)、金钢总持(Vairadhara)普贤如来王。他们分别通过不同的 持物与肢体语言，表达密教修持中“慈悲与智慧结合的方式。同时也代表开悟境界的三种状态。他们的依次顺序是金刚萨埵——金钢总持——普贤如来王。

辨认特征



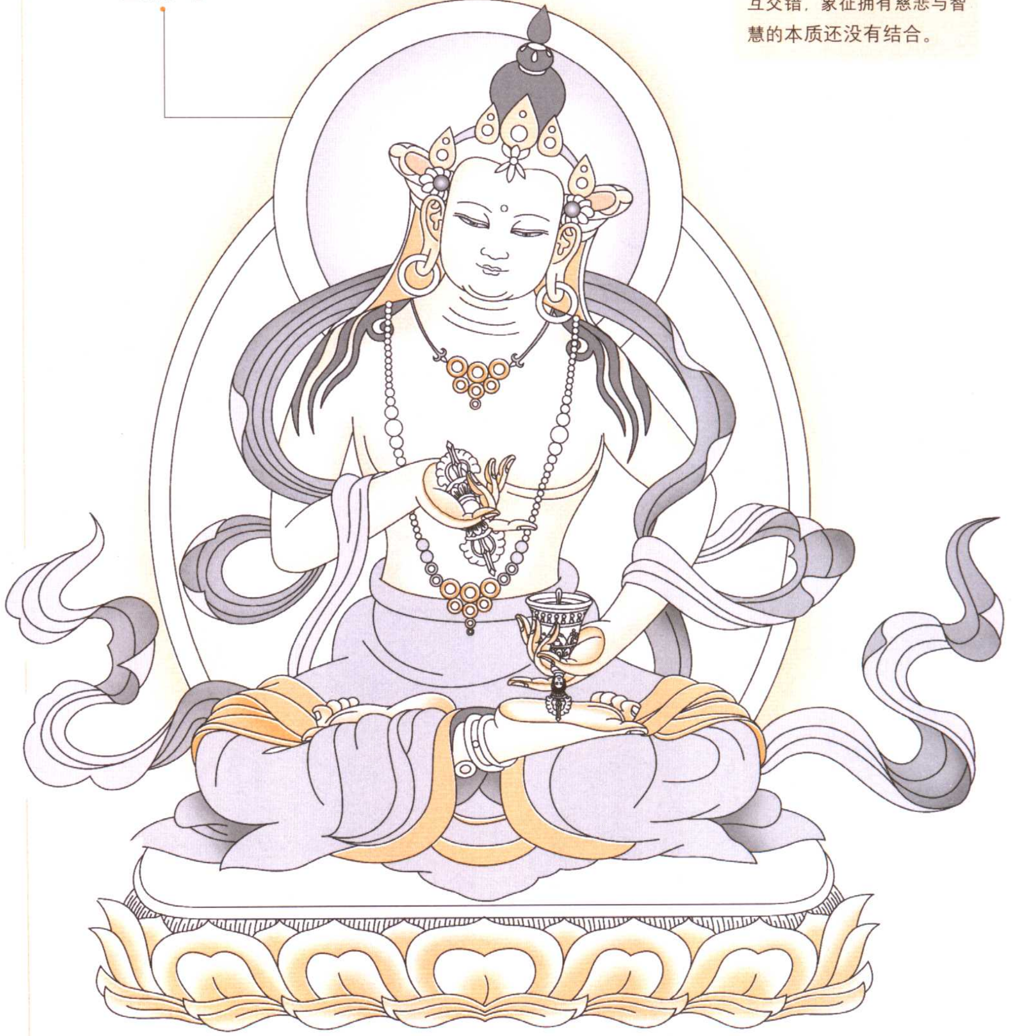
金刚铃



金刚杵

手持金刚铃和金刚杵，分别象征智慧与慈悲，两手不相互交错，象征拥有慈悲与智慧的本质还没有结合。

金刚萨埵



辨认特征



手持金刚铃和金刚杵，同样也象征智慧与慈悲，而两手相互交错，象征慈悲与智慧的结合。

金刚总持



梵语

Samantabhadra

Samanta：全部、宇宙

bhadra：美好

两者合一即是全部的美好，故译“普贤”

辨认特征

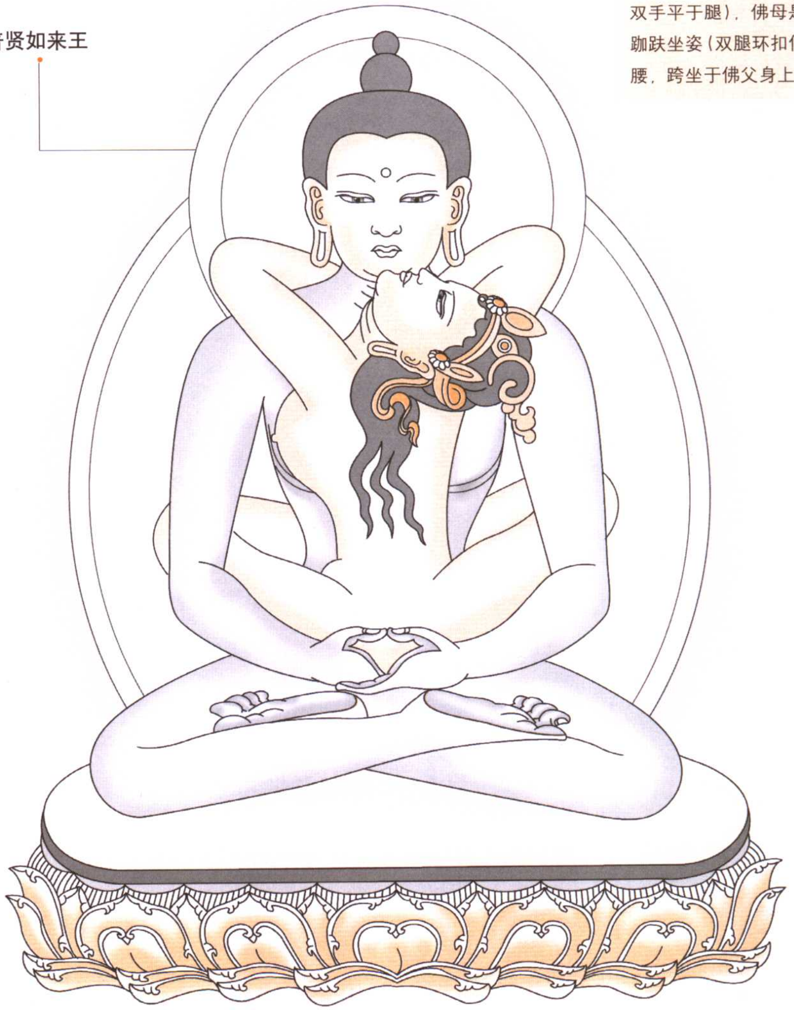
1 裸身拥抱

蓝肤的佛父裸身拥抱白肤的佛母。佛父（慈悲）与佛母（智慧）拥抱，象征慈悲与智慧的结合。裸身则象征空性。

2 坐姿

佛父是禅定印相（跏趺坐并双手平于腿），佛母是莲花跏趺坐姿（双腿环扣佛父的腰，跨坐于佛父身上。）

普贤如来王



空无与光明

当空性与心灵合二为一之时，亡者将体验到无限的空无与光明。所谓空无之态，即是大手印至高无上的领悟状态。而心性的光明则能朗照万象，空寂妙明。

佛法称心性为空性，是指心无形无色，看不见，摸不着，不受任何限制。就像一个房子里的空间，这个空间是不可捉摸、无法形容的，心也是如此；正如空间的本性是空，我们不能说“空间迄今为止是空，而以后就不空了”一样，心性的本性也是空。

心性的光明是指心的感受和显现的本能。心中虽然空无一物，然而却能感受和显现一切，这种显现能力便是心之“明”。当我们独自静坐的时候，不论我们想到远古的洪水猛兽，还是想到遥远神秘的外太空，所想之物都会立即出现在心中，这样的体验就是心的明性。《知识总汇》中说：“一切心上所显境界，皆是自心的妙用。心性是自然智慧。”自然智慧之性，自性天成，本具光明。这种光明与妙用结合，能够显现一切染净世界。无论轮回还是涅槃的境界，都是心性的反映。

既然心体是空无的，那么为什么又能体现轮回和涅槃呢？我们说心体是空的，并不是说它空无一物，体空而性不空，空而有明，心性光明，明分不灭，所以才能显现。心是具有明分和空分两分，空而又明。

如果心不具光明，只有空性的空分，则仅能成就法身，单有法身成不了佛，要法、报、化三身具足，才能达到圆满。如果心只有空分，而没有明分，那么报、化二身就不能成就。所以体虽空而性不空。心性光明，光明就是成就二种色身的依据。心的空与明是成佛的种子，众生都有，无论人与非人。一切众生本来是佛，只是被外来的障碍所阻，所以才不能证得此觉性。

由此看来，心的空性与明性原本就不是分立的，而是一体的两个方面。就像室内的空间与光线一样。在提到心的时候，我们既是指它的空性，也就是根本的不可捉摸性，也是指它所显现的明性。所以悟心既要悟到心的空分，也要见到心的明分。众生由于无明，才使得明空分离。因此，亡灵在临终中阴体悟明光之时，必须明空双运，使之结合为一，才能彻见自心本性，圆满三身功德而往生净土。

领悟第一明光失败后
意识脱离身体进入“净幻身”状态

在第一明光显现之时，如果临终者把握住机会，那么就已经获得了解脱。而那些没能把握住机会、错失了第一明光的人，其意识将脱离身体，进入净幻身状态，准备迎接第二明光的到来。

● 生命之风逃窜，净幻身生成

在我们前面讲到生命之风时曾经提到，在四大分解结束之后，生命之风将会向中脉汇聚，如果临终者能够在此刻体悟第一明光，就可以控制生命之风从中脉经由头顶梵穴逸出，进而获得解脱。而如果临终者体悟第一明光失败，就会导致生命之风向左、右脉逃窜，进而从其他穴道逸出。就在生命之风逃逸出身体之后，临终者面前将会出现一片短暂的纯净心境，那时临终者的意识将几乎脱离其身体，我们将意识的这种状态称为“净幻身”(pure illusory body)。净幻身将是看到第二明光，即第二次显现的根本明光的主体。

● 净幻身是意识的特殊状态

(1) 几乎脱离了肉身

净幻身状态的意识几乎脱离了肉身，因此它已不再拥有肉体可以依附，而在遗体附近游荡徘徊。

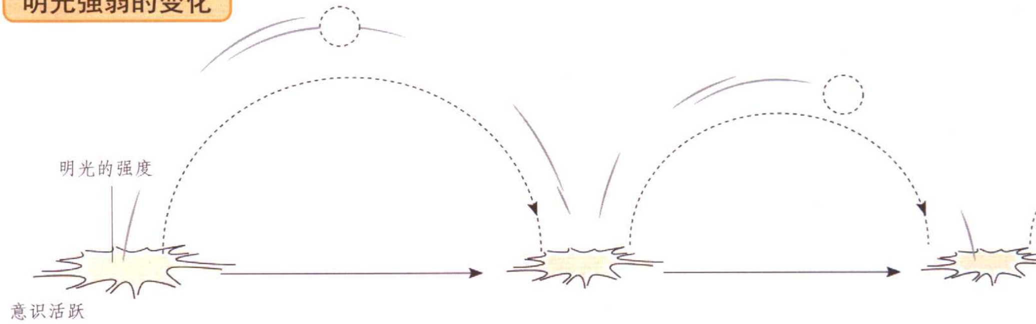
(2) 意识完全苏醒

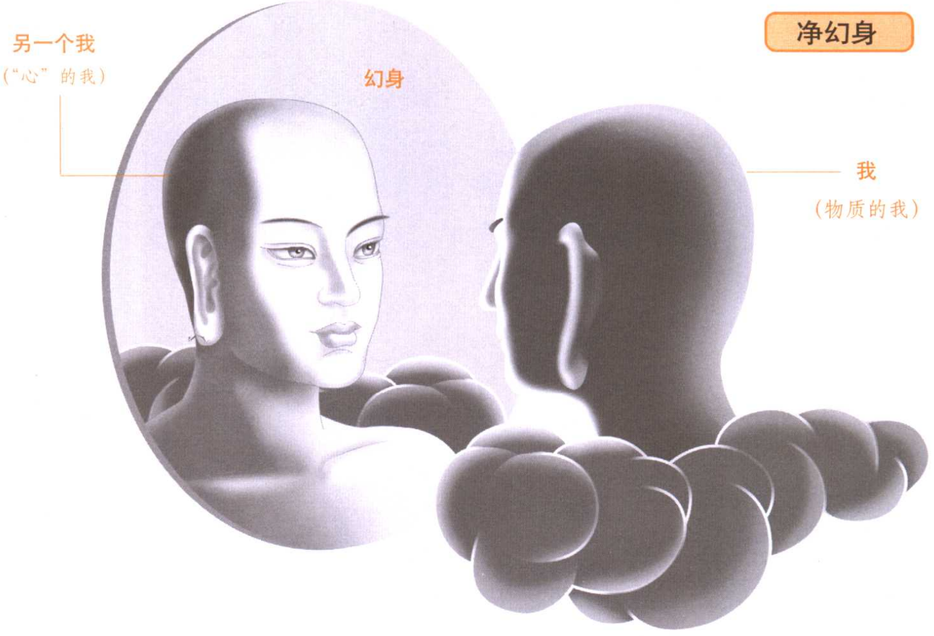
此时临终者的意识将不再处于昏睡状态，而是完全地苏醒过来。净幻身可以看到自己的遗体，也可以清楚地感受到家人聚集在一起，为自己痛哭的情景。

(3) 尚未意识到自己的死亡

净幻身此时会在生前经常活动的范围内徘徊。因为他并不清楚自己是否已

明光强弱的变化





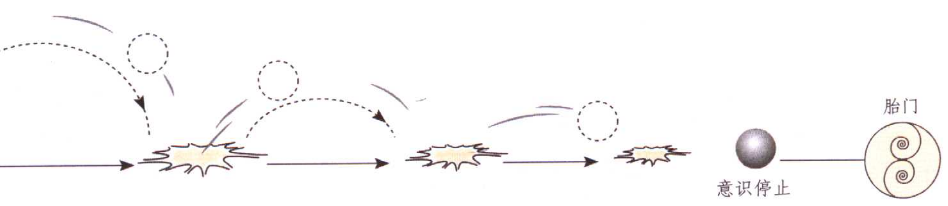
净幻身即是释迦牟尼佛的色身。它也是通往成佛之路的色身的基础。人死后的肉、皮终会烂掉，消失这是生灭法，不可改变的。亡者在临终中阴阶段出现的净幻身标志着它不会有生灭的身体。此时亡者能够对空性直接的悟认，记住我们的心的本性就是“空”。净幻身其实就是亡者由“心”发出来的另一个我而已。

死，所以眼前的景象只是使他徒劳地烦恼伤悲。

（4）净幻身状态的持续时间

净幻身状态一般大约要持续三天半到四天的时间。

临终者在看见明光强度如同皮球掷地，以第一次的强度最高，第二次的强度就会低一些之后的每一次都会一次比一次要低，直到完全静止。这时亡者的意识会最终停止，面前是一片黑暗，直到进入胎门，准备投胎。



需要特别注意的是：当意识处于净幻身状态的阶段，业力的作用还没有显现出来，一切景象相对来说还比较平静。而到了法性中阴，业力的影响将逐渐加大，各种恐怖的幻境将逐一显现，获得解脱将更为困难。所以提醒临终者一定要在净幻身阶段把握时机，专心领悟第二明光。

告别肉身，奔向光明

当生命之风从左脉或右脉逃窜的时候，意识将逐渐脱离身体，成为净幻身。净幻身将获得第二次解脱的机会，看见第二明光。然而是什么拖延着我们，使我们迟迟不肯奔往那通向大圆满的明光呢？

说到底，还是我们生前未能将生死看破，始终怀着怕死贪生的心理，太过贪恋世间的美好事物和时光。以致真的死去时，也很难接受死亡的事实。

其实从本质上讲，生与死原本是一个整体。有生有死才能构成一次完整的生命。就比如我们每一个人都是从哭声中来，又从哭声中去。生时自己哭，死时别人哭。然而不管谁哭，都表达了痛苦和悲伤。以此看来，生与死难道还有什么不一样吗？佛说："大千世界如同恒河沙数，其间众生如同恒河沙数。"生命也好，世界也罢，无穷无尽，不可胜数。个人的生与死，如同沧海一粟，又有什么可计较的呢？这并不是说我们因此就可以随意结束生命。正确的生死观应该是顺其自然，既不贪生，也不求死；该生则生，到死就死。生则坦坦荡荡，死则了无牵挂。不执著贪恋，将一切放下。

说到放下，这才是凡人最不容易做到的。有一个故事说，有一个人两手各拿了个花瓶虔诚地跪在佛前，预备献佛。

佛对那人说："放下！"

那人于是把他左手拿的那个花瓶放下。

佛又说："放下！"

那人于是又把他右手拿的花瓶放下。

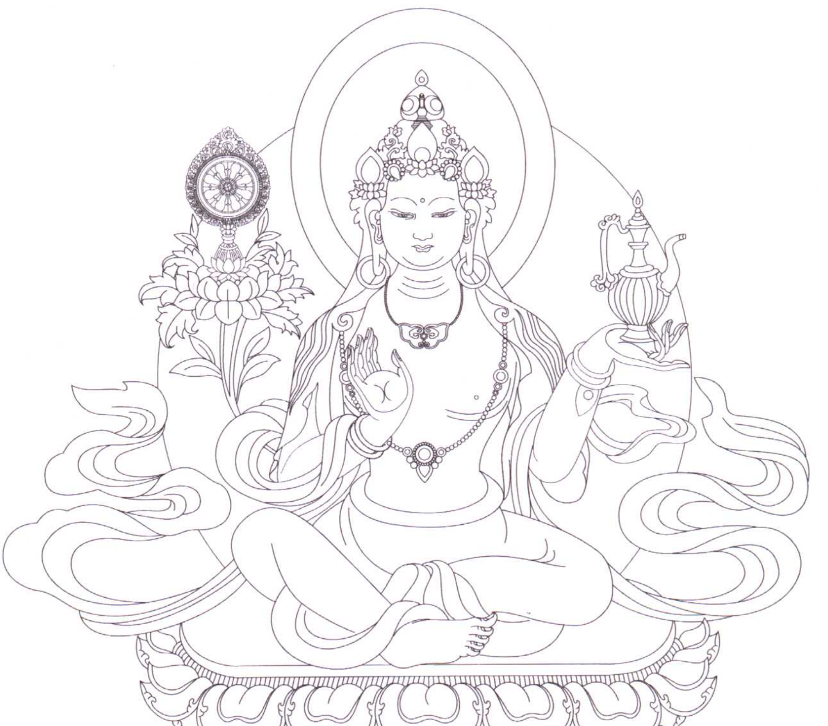
可是佛仿佛并不满意，接着还是对他说："放下！"

那人迷惑不解、不知所措，于是试探着问佛："我已经两手空空，没有什么可以再放下的了，请问您还要让我放下什么呢？"

佛说:“我并不是叫你放下你的花瓶，我是要你放下你的六根、六尘和六识。当你把这些统统放下的时候，你将从生死的桎梏中解脱出来。”

可见，“放下”才是解脱的良方。任何人死后，都有选择往生哪个世界的权利。只要自己对这个问题完全明了，心里清楚并且能正确选择的话，那么不仅生命的本质、生存的意义，乃至该向什么世界而去，这所有的一切就不会再使人困惑了。

因此，衰朽的旧躯不应再为我们所眷恋，生前的遗愿也不应成为阻碍我们获得解脱的牵绊。神识既已离开身体，不如就及早告别肉身，在明光中走向解脱吧！



解脱的第二次良机

领悟第二明光

当第二明光显现的时候，临终者一定要抓住机会。我们可以根据其生前修行的次第来采取不同的方法，帮助临终者把握第二明光。

前面已经强调过，在意识处于净幻身状态的期间，也就是第二明光显现的时候，业力的作用尚未发生，很多可怕的、充满诱惑力的幻景还没有出现，所以读诵者一定要把握这个时机，帮助临终者达到解脱。需要注意的是，不同的人生前修行的次第也各不相同，所以针对不同修行状况的临终者，可以分别采用不同的处理方式。具体如下：

进入完成阶段临终者的处理方式

生前已熟练掌握观想技法，并且能够在中阴阶段获得明证的人，其基本已经进入了圆满的完成阶段(perfection stage)，对这类临终者的处理方式可以相对简单，首先要呼唤其名字三次，然后再按照前面所讲第一明光显现时的处理方法进行处理即可。

处于开始阶段临终者的处理方式

能够在生前熟练掌握观想技法，并在中阴阶段顺利获得明证的人毕竟是少数，而多数人则属于下列情况：

(1) 生前没有接受过观想训练。

(2) 虽然懂得一些观想技法，但是不够熟练，因而无法获得明证。

(3) 生前已熟练掌握观想技法，但是由于严重的病症使得临终者在临终中阴神识迷离，因此无法将技法忆起。

(4) 熟练掌握观想技法，但是其修行因违背了“三昧耶”(samaya)或其誓约而退化变质，所以也无法在中阴阶段获得明证。这些人尚处于生起的开始阶段(generation stage)，对这类临终者的引导就要从观想开始。这里主要是观想本尊守护神和观世音菩萨。

1、对于本尊守护神的观想

对于有自己的本尊守护神的临终者，在生起阶段就要观想出自己的本尊守护神。读诵者可以在一旁读诵以下诵文，以帮助临终者进行观想：

尊贵的某某，请观想您的本尊守护神(Yidam)，您的心神不要迷离。请集中精神认真地观想他。在您的心中必须想象出没有实体形象的本尊守护神，如同月亮在水中的倒影，没有具体的形象。

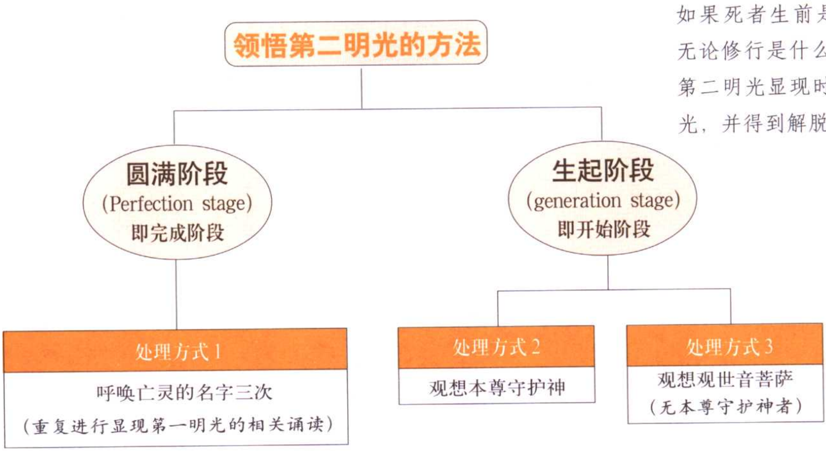
2、对于观世音菩萨的观想

对于没有本尊守护神的临终者，要尽力观想观世音菩萨。读诵者应在一旁为其读诵以下诵文：

请观想“大悲圣尊”(the Lord of Great Compassion)观世音菩萨吧！

领悟第二明光

如果死者生前是瑜伽修行者，无论修行是什么阶段，都能在第二明光显现时有方法领悟明光，并得到解脱。



相信明光

茫茫的黑夜，凄厉的阴风，生命瑟缩着，挣扎到了边缘。
风还在继续吹着，更起劲儿，更狂！

突然间，是谁在黑夜里撒下了那一束明光？
温暖而又耀眼的，将惊慌失措的灵魂照亮。

纯净的心灵不会害怕这赤裸的袒露，
把心交给他吧！没有什么好躲藏。

这明光只那么一瞬，随即暗了，淡了，
只有将心交给他的人，才会窥见那奇景，
那是莲的国度，自由之邦。

领悟第二明光的关键
母子实相的相遇

当意识处于净幻身状态的时候，临终者也可以通过使母实相与子实相相结合的方式来战胜黑暗，进而获得解脱。

● 生前获得子实相，临终时体悟母实相

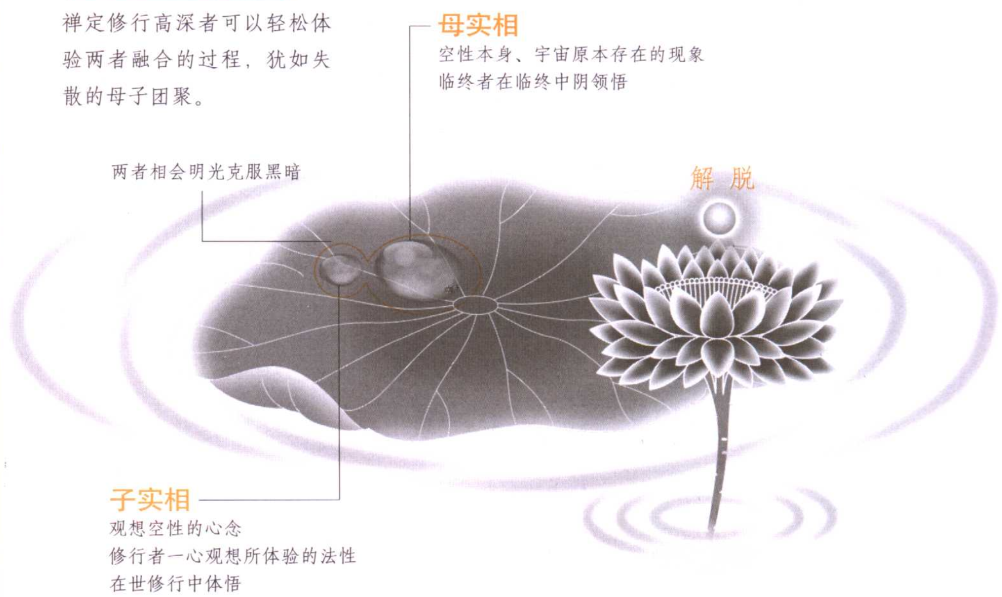
实相是一切诸法的真实体相，也就是佛教所说的绝对真理。人们在世间的禅定修习中可以体悟到万物皆空的真理，这就是一个人所获得的子实相(son dharmata)。也就是说，子实相是在生前的禅修过程中所体验到的实相。而母实相(mother dharmata)则是进入中阴历程以后才能够感受到的实相。当意识进入净幻身状态的时候，临终者的面前将会出现一个澄净光明的空间，这是生命最原始的状态。只有当所有的世俗杂念都消失以后，才能够回到这种状态当中。这种状态就是心念本身的本然实相，即母实相。也有人将母实相称为基光明，而将子实相称为道光明。

● 母实相与子实相的结合

当母实相的空明境相显现在临终者面前的时候，如果他能够忆起在生前禅修中所体悟到的子实相，那么母实相就将与子实相合为一体，无二无别，就像

母子实相的相聚

禅定修行高深者可以轻松体验两者融合的过程，犹如失散的母子团聚。



失散多年的母子重逢。这时候业力将不能再起作用，因为光明显现之时，业力会随之消减，就像红日初升，黑暗顿除。母子实相的相遇在中阴阶段是非常关键的，如果此时临终者能够证悟，就可以不再继续流转轮回。而如果此时证悟失败的话，那么法性中阴就要显现在临终者的眼前了。

生前禅修，以子会母

母实相是亡者在死亡时才能感受到的根本实相，而子实相则是人们在世间的修习中体验到的实相。因此，要想在临终中阴过程中达到母子实相的结合，克服业力的影响，最终获得解脱，最关键的就是通过生前的禅定修行来取得子实相。

那么，何为“实相”呢？所谓“实相”，是指一切诸法的真实体相。“实”是指真实不虚，“相”是说事物的本相或性状。佛教认为，宇宙间一切事物都是由因缘组成，变化无常，都没有永恒的、固定不变的自体，这就是“空”。“空”便是诸法的实相。也就是说，取得子实相的关键，就是对于空性的体悟。

怎样来理解空性呢？有一个真实的故事。一个和尚有很高的禅坐功夫，为了舍离贪欲和色欲，他经常认真地做白骨观，观想人的丑陋和污秽。有一天，文殊菩萨想考验一下这个和尚的禅定功夫，便化身成一位漂亮的小姐来到他的住处。她用各种方法来诱惑他。起初和尚不为所动，但是文殊菩萨充满智慧，能够洞悉他的内心。渐渐地，和尚开始抵挡不住诱惑，最后干脆落慌而逃，而美女在后紧追不舍。和尚实在累得跑不动了，便索性两眼一闭坐在地上，心想：这下完了。但等了一会儿，什么事也没发生，便睁开眼来看。只见美女突然裂成无数碎片，文殊菩萨现出庄严法相，说道：“你的白骨观修得很好，但你把人认为是美的，这是一种执著的观念，会导致轮回的痛苦；又倘若你把人当成是丑的，那仍然是一种执著，也会让你永远无法开悟。

这个故事同样也启示我们：一切现象的本质都是空的，包括贪欲和欲求的对象。就像我们看一个人，有人会认为漂亮，也有人会认为很丑。但美或丑究竟存在于哪里呢？实际美丑本无实在，只不过都是我们观念上的执著罢了。故事里的和尚虽然禅坐功夫甚高，但他仍然未能超脱对于事物现象上的执著，可谓没能领悟到空性的真正涵义。

假如我们能够在生时克服各种观念上的执著，真正领悟到万物皆空的道理，那么就可以形成子实相，在临终中阴以子会母，使母子实相相互结合，获得永久解脱了。

领悟心念本性的时刻

红白明点在心轮相遇

所谓“明点”，就是人体生命能量的凝聚点，主要存在于人体的中脉之中。当四大相继分解以后，居于顶轮的白色明点与处于脐轮的红色明点将会相向移动，进而在心轮相遇，这将是临终者体验本心自性，获得解脱的关键时刻。

白明点和红明点——男性菩提心与女性菩提心

白色明点也被称为“白菩提”，来自于父亲的能量，它代表了男性的菩提心，即慈悲，其主要中心是在头上的顶轮；而红色明点又可称为“红菩提”，来自于母亲的能量，代表了女性的菩提心，即智慧，它主要的中心则处于脐轮。

红白明点相互结合——“三身”境界的领悟

当四大分解的过程结束以后，临终者的外息将会停止。这时，居于顶轮的白色明点与处于脐轮的红色明点将要作相向移动，并最终在心轮结合。在这个过程中，如果临终者能够获得体悟，将会达到化身、报身或者法身的境界。

1、化身境界

当临终者的外息停止之后，居于临终者顶轮的白色明点将会逐渐下降，在这个过程中，临终者面前的一切事物都将随之变为白色，同时，萦绕在临终者心中的种种嗔恨心绪也都会转眼间风吹云散，这时临终者的心中将只剩下智慧的喜悦。只要临终者能够将这种喜悦领悟，就可以到达金刚萨埵佛的化身境界。

2、报身境界

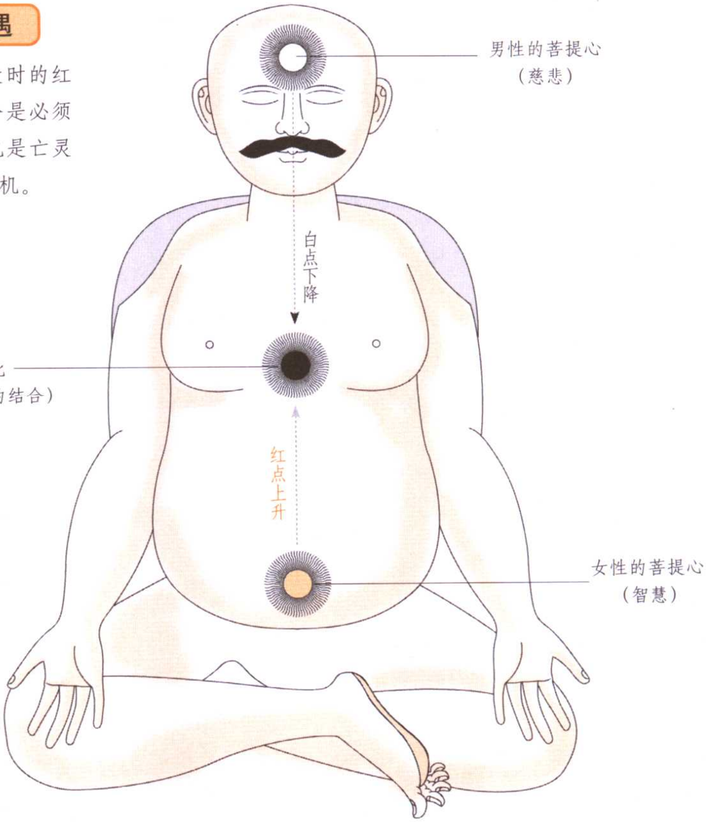
在白色明点下降之后，紧接着处于脐轮的红色明点将会慢慢上升，这时临终者面前的一切景物都变成了红色，而困扰临终者心识的各种贪念也将随之消失。这时候，临终者的心中将充满无尽的智慧和喜悦。同样，只要临终者能够将这种喜悦证悟，就可以达到阿弥陀佛的报身境界。

3、法身境界

如果临终者在前面的过程中都不能够领体悟，红色明点就会与白色明点相互靠近，进而在心轮结合，同时，临终者内在的神识也将随之结合并离开身体。这时临终者所看到的事物就像是油灯外蒙上了半透明的灯罩一样。如果临终者是熟习佛法修持的人，那么他就能在此刻真实地体验到心的自性本质——离于生、死的明与空，进而在刹那间立即达到大日如来的法身境界。

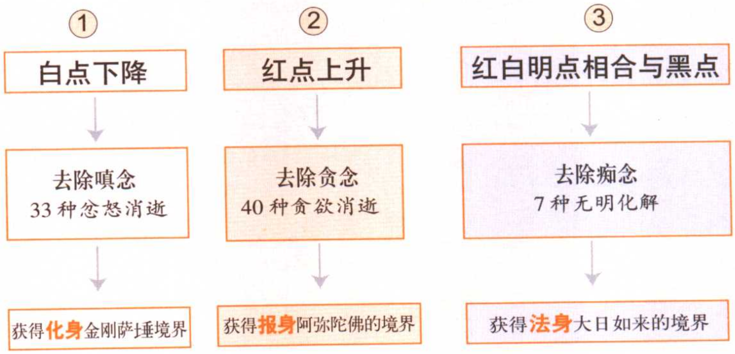
红白明点的相遇

亡灵在临终中阴阶段时的红白明点在心轮的相会是必须会发生的，这同样也是亡灵获得解脱的又一次时机。



三种境界的领悟

通过红白明点的相会，可以去除三毒，体验三种美好的境界。



觉悟死亡的最佳方法

禅定

禅定是领悟心性的最佳状态。如果临终者生前有很好的禅定修行，那么到了死后就可以通过禅定来获得解脱。禅定有有相禅定和无相禅定两种方式，二者虽然在观想对象方面有差异，但无论哪一种禅定都是觉悟死亡的有效方法。

禅定就是将心中所有的妄念杂想都清除一空，使本心自性得以显现，进而安住于这种自性之中持之不动的境界。如果一个人在生前取得了很高的禅修成就，那么到了死后，这种禅定功夫就可以帮助临终者获得解脱。下面具体来说明不同禅定方法在临终中阴的运用。

有相禅定：观想红白明点为自己的本尊守护神

将有形相者作为观想或专注的对象进而达到禅定的方法称为有相禅定。如果临终者生前曾经接受过有相禅定的训练，那么到了临终中阴就可以采用有相禅定的方法，这里主要是将自己的本尊守护神作为观想的对象。在红白明点相互会合的过程中，临终者可以将白明点观想为自己的男性本尊守护神，而将红明点观想为自己的女性本尊守护神。这时候，临终者的男性本尊和女性本尊将显现在面前。临终者只要抛开一切妄念杂想，专注于其中，使自己的意识与自己的本尊融为一体，达到入定的境界，就可以从中获得觉悟，进而得到解脱。

无相禅定：直接观想红白明点相遇

将无形相者（事物的本质或心的真实体性等）作为观想或专注的对象进而达到禅定的方法称为无相禅定。能够进行无相禅定的人必须具备深厚精纯的禅定功夫。这类人在死后进入临终中阴时，可以不借助于任何形象，而直接将红白明点作为观想的对象进入禅定。当红白明点相遇的那一刻，禅定功夫甚深的修行者可以从中获得生死的领悟，进而得到永久的解脱。

生前没有进行过禅定修持的平凡人，在临终中阴既不能使用有相禅定又不能使用无相禅定，因此在红白明点相互会合的时候，他们的眼前将会显现自己在下一次转世轮回后的形象。

禅定是一种自然而然达到的状态，修习禅定要按照一定的层次循序渐进。关于修定的层次有“九住心”的说法，分别介绍如下：

1、内住

把心定住在一个境界之内，专心一意观想，不再受六根六尘的吸引。

2、续住

当妄念偶尔生起，心向外散的时候，及时把它带回来。

3、安住

经过反复的心向外散和及时拉回的过程，久而久之就会感到比较适应，从而达到安住的境界。

4、近住

达到安住境界之后再继续修行，妄念产生时心就不会偏离安住的境界太远，稍有外散，心会马上警觉，并回到正念中来。

5、调顺

达到近住境界之后，修行者会感到做事心意比较集中和专注，自然地将外境的五欲六尘看淡，进而体悟到禅定功德之妙。进入这一阶段后，修行者的六根基本上可以达到收放自如，所以称这一阶段为“调顺”，第五阶段也是禅修功夫进步很快的一个阶段。

6、寂静

达到这一境界后，修行者的起心动念就会非常明白和清晰。当记忆中具有诱惑力的境界现到眼前之时，修行者能够明白这并不是自己安住的境界，只要使心意回归到安住境界中来，那些妄念就会自然地消失。

7、最极寂静

这时修行者的心念会更加分明，一起心一动念都能够马上判断出善恶、染净和正邪。既具备定力又具备警觉力，因此能够马上将妄念降伏。

8、专注一趣

达到第八住之后，修行者只要一盘腿、一上坐就可以将整个念头定在所安住的境界之上。

9、等持

达到等持的境界，心念既不会妄念纷纷，也不会昏昏沉沉，心意就在所安住的境界中长久地、平和地持续下去。

需要强调的是，禅定的九个层次一定要通过不断地下工夫，日以继夜地精进才能够达到。

无相禅定有相禅定的比较

	白点	红点	两者相遇
无相禅定	无形象	无形象	两者相遇时禅定修持高深者可立刻获得解脱。
有相禅定	 **普贤佛父** Samantokhadra	 **普贤佛母** Samantabhadri	两者相遇时修持者如果将自己的意识融入本尊的心中与其融合为一，即可获得解脱。
未接受禅定者	未来的父亲	未来的母亲	临终者将瞥见来生在六道中转世的形体。

名词解释

禅定

自心不受外在一切事物或现象的干扰就是“禅”，保持内心宁静而不散乱就是“定”。人的本性原本清静宁静，只因为接触并且追求外在的事物或现象才乱而不静。如果接触了外在的诸种境界又能保持自心不为其所乱，便是真正的禅定。

禅定是一种境界

禅定可以使人获得觉悟，帮助亡灵获得解脱。然而禅定功夫如何修得？禅定不是苦求，而是自然的融入。禅定是一种境界。

索甲仁波切曾经把禅坐的过程概括为三个重点：把你的心带回家、放下、放松。这种概括极为生动贴切，也非常有助于我们对于禅定境界的理解。

他所谓的“把心带回家”，意思是说要让我们的心结束被身外之物所吸引的漂泊旅程，转而关注内在。这也就是我们所一再强调的体悟自己的本心自性。进行禅修，首先就要让心安静下来，排除一切外界的干扰。试想一颗处于各种情绪的包围之中的心，就像一块处于强大磁场中的铁，四面八方都有力量作用于它，对它进行牵制。这样的心又哪里有机会展现它自己原本的状态呢？因此，让心回家，就要先让心从各种思想和情绪的混乱状态中安定下来，然后才能有机会瞥见我们的本心自性，并且安住于其中。

其所谓的“放下”，就是把心从对一切身外之物的执著中解放出来。因为执著和欲望乃是一切痛苦、忧虑和煎熬的根源。体悟心性，会使我们领悟万物皆是空性，一切终归无常的道理。这样自然会生发出宽容心，让我们放下心里的一切执著。如此，这颗心也就自在无碍了。

最后，其所谓的“放松”，就是要放松整个身心，进入真正的本觉之中。放松意味着自然、不造作。就像雪花飘落于大地，小溪注入河流，无需刻意经营，一切顺其自然就好。因为思想和情绪就像是水中的杂质，我们越是理会它，搅动它，心这潭水就越是浑浊；相反，只要不加理会，以静制动，杂质自然会沉淀，潭水也自然就清明了。试着深呼吸，将自己想象成虚空，接纳着整个宇宙。不久，一切思想和情绪都将自然地平息，并且逐渐融入我们的心性。

只有当我们将这种禅修练习得相当娴熟之后，我们才能够达到那种旷达圆满的境界。在这种境界中，我们可以完全没有偏见地看待我们的思想和情绪。如果我们不觉得它们有什么问题，它们也便不会来找我们麻烦。我们的思想已完全掌控在我们自己的手中，这种境界便是禅定。

若摄心者，心则在定。心在定故，能知世间生灭法相。是故汝等常当精勤修习诸定。若得定者，心则不散。譬如惜水之家，善治堤塘，行者亦尔，为智慧水故，善修禅定，令不漏失。是名为定。

——《佛遗教经》

临终中阴

即身成佛的最佳机会

如果临终者生前有很高的瑜伽修行根器，就可以在临终中阴达到即身成佛的境界，获得最为圆满的解脱。能否在临终中阴抓住即身成佛的最佳时机，关键要看临终者生前的修行次第。

即身成佛：最为圆满的解脱

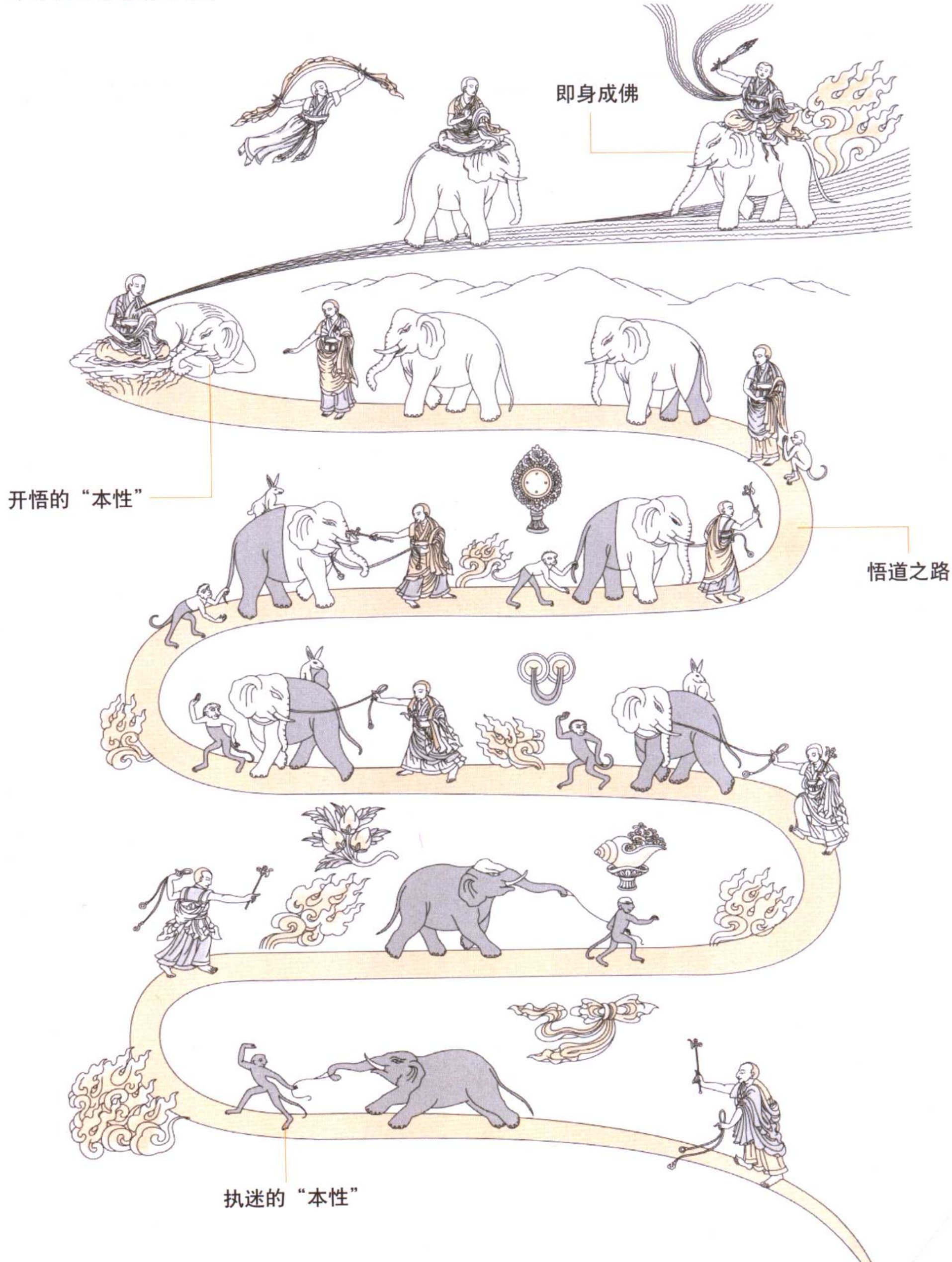
“成佛”是每一个修行者修行的唯一目的，而即身成佛又是所有解脱境界中最为圆满的境界。所谓即身成佛，就是指在不改变今生的肉体的情况下而成为正知正觉的佛。一切众生本具佛性，与法身如来并没有不同。所以当瑜伽行者进行修行的时候，就可以被大日如来的加持威力所摄受护持，使自身本具的功德与如来的功德互相加持，互为感应，融会摄入，进而在修行者的肉体上显示出如来的庄严法相，使得行者现前的身子显现了和佛一样的功德，这就是即身成佛。即身成佛具有不可抗拒的、即刻实现的力量，同时在修行技巧方面也有明确的规定。

明光显现之时：即身成佛的大好时机

临终中阴根本明光的两次显现为众生提供了即身成佛的最佳机会。不过并不是任何人随便修习一下密法就都可以立地成佛，修习者必须具备即身成佛的根器和资粮。密法本是古代专业的瑜伽行者所修的一种法门，在所有法门中，它的修学条件要求最为严格，其中最为重要的就是要有成就很高的上师进行指导。我们凡夫虽然也和如来一样，具备着诸佛性和功德，但是因为迷惑的遮蔽，使得我们在日常生活中不能自觉和实现。而只有严格按照上师的指导来修习密法，才能够依靠如来加持感应的力量，在一片混沌的状态中明白地映现出万物真实的相状，显现和佛一样的功德，进而实现即身成佛的成就。

即身成佛

十象图也称九住心图，是由一僧人、大象、猴子、兔子和辅助图案组成。用来说明修行者最重要的目标，就是去发现这原本具足的“本性”。彻底证得自性之本来具足，便是开悟，便是成佛。同样在死亡经历中，亡者能去除迷执，不失本性，真常清净便一样可以即身成佛。亡者只有在临终中阴时才是即身成佛的最佳时机。



即身成佛，修行才是最重要的

即身成佛是指不须改变现在的肉体，而能够成为正知正觉的佛。临终中阴明光显现，是即身成佛的最佳时机。然而明光如何显现，机会能否把握，却与亡者生前的修行有很大的关系。俗话说：机会只属于有准备的人。索甲仁波切也叮嘱我们：惟有真正开示心性，并且能够稳定心性的人，才能够享受死亡那一刻所提供的机会。

修行就是要明心，达摩祖师有一首偈子：“我本求心不求佛，了知三界空无物，若欲求佛但求心，只这心心心是佛。”为什么说“我只求心不求佛”？佛有恒河沙数，这么多佛，我们求哪一尊呢？所以说“我本求心不求佛”。“了知三界空无物”，三界就是欲界、色界、无色界，它们都是心的反映，明心时三界便是空的了。就像古人所说的：“三界无别法，唯是一心作，若人识得心，大地无寸土。”后两句“若欲求佛但求心，只这心心心是佛”，三心就是指过去心、现在心和未来心。这里强调了要想成佛，便要明心。佛也是心所造的，不是佛作佛，而是心作佛。就像净土经里所讲：“是心是佛，是心作佛。”达摩祖师这一首偈子就是在启示我们，成佛要从明心开始。

还有一首偈子说：“佛性不从心外得，心生便是罪生时。”“佛性不从心外得”，佛性不在心外，而在自心的领悟。领悟了，便能成佛。正所谓水清月现，心清佛现。“心生便是罪生时”警告我们，如果不能明心，那么私心杂念生起时，不但佛性见不到，罪也已经现在眼前了。

祖师的偈子中包含了大智慧。现实中多少人生时为名，为利，为达到某个不良目的没少烧香拜佛，对佛也可谓极尽“虔诚”了。然而想象一下，这些人到了临终中阴时，能够实现即身成佛吗？佛法要求人们彻悟万物皆空的道理，告诉人们我们所贪恋的一切到头来都终归无常，因此要求我们放下执著，体悟自心的本性。而这些为了名利而烧香拜佛的人，恰恰将生时修行禅坐的时间用在了对虚幻的汲汲追求上。他们本身尚未将欲望看破，将心性彻悟，到了临终中阴，即使明光显现，机会降临，也难具清明之慧眼，纯净之心灵，只有白白贻误解脱的良机了。

可见，外力虽然可以进行指导和帮助，然而对于亡者来说，最根本的还是“自伞自度”。只要我们能够通过生前修行将心牢牢掌控在自己手中，到了临终中阴就自然能够水到渠成，即身成佛了。



【显、密之“即身成佛”】

“成佛”是学佛的人所期望的唯一目的，无论是学显教或者密教，都希望从生死的凡夫转入到佛果的圣位，不过因为显教和密教在开始发心和修行过程中所使用的手段和方法不同，因此达到这一目的的时间就有迟速不同，而肉体和精神的关系也有“即”、“离”之分。即身成佛就为了说明这一——迟、速、即、离——理由。密教的即身成佛和显教成佛的理论，大约有下面的几个差别：

(一)“即身”和“隔世”的差别。显教如华严宗说：极疾三生得果，一见闻生，二解行生，三证果生，可算最快的了，但总要隔世成佛。又如依弥陀愿力，往生西方，也是隔世。密教则即以父母所生的肉体成就大觉佛果，如说：即日、即时和隔日、隔时是不同的。

(二) 即身和“历劫”的差别。佛教最普通的教义，说成佛要经历42位，或52位的阶段，从初发心直到成佛，又要经历三大阿僧祇劫的悠长时间。因为显教有“过患”、“功德”二际的说法，过患是无始旷劫的积习，不可顿除，必须借远劫修行，消灭过患，然后功德成就。密教则自身“全体舍那”，不须添一点功德，也不须除一毫过患，只有迷悟之分，及迷即成悟，别无所作，贪嗔痴等，也成了佛果大用，不但不须消灭它，相反地要积极发挥它的正用，这说明过患和功德，是即而不离的，只一念悟得，即知一切烦恼，无非佛事，所以不须经历劫数，勤苦修行。

(三) 即身和即心的差别。《观经》说：“是心作佛，是心是佛。”天台说：“一切佛法，即心而具。”禅宗说：“直指人心，见性成佛。”这都是在说理一边，认为佛性本有，而真正的成佛，必须从性起修，经历阶位，华严宗所谓圆融不离行布。密宗则就在五蕴和合的色身上布置——五大，五轮，五佛曼荼罗——当体即是，所以叫即身而不叫即心。

(四) 即身成佛和“顿悟渐修”的差别。显教把因缘事相当作是假名无实，是过患，把真理当作无色无形，只有无分别智可以证到。所以说：“理则顿悟，乘悟并销，事非顿除，因次第尽。”要借种种对治方便，来遣除一切事法，故有渐修之义；密教则当相是道，即事而真，一切差别事法，都是本具无尽庄严，即体全真，不是妄法熏染所成，只要认识，不须排遣。

Part 3



内在的光芒与晦暗　　法性中阴

艰难的法性中阴已经到来，痛苦的七七四十九天的考验将不可避免。在法性中阴中亡灵再一次从昏迷中清醒，此时他已意识到自己已离开了这个世界，他会因亲人的哭泣而伤心，他会因孤独而感到无助，但这还不是最艰难的处境，随之而来业力作用下出现的各种险难与奇景才是最可怕的。然而此刻亡灵如能专心聆听中阴教法，还是有机会得到解脱的。

本篇图解

死后的七七四十九天 /97　寂静尊与忿怒尊部 /98-101
肉身 / 净幻身 / 意识体 /103
构成身心的五种元素——五蕴 /105
五蕴在法性中阴阶段的出现顺序 105
112 位神祇从亡灵脑、喉、心发出 /107
法性中阴阶段显现的神祇统计表 /108-109
大日如来 /112-113　大日如来的净土 /114
金刚虚空佛母 /115　法性中阴的第一天 /116
金刚萨阿如来 /120-121
佛眼佛母——如来之眼的化身 /123
四位随侍菩萨 /124-125　法性中阴的第二天 /126
宝生如来 /130-131　佛母玛玛基 /133
四位随侍菩萨 /134-135　法性中阴的第三天 /136
阿弥陀佛 /140-141　白衣佛母 /143
四位随侍菩萨 /144-145
法性中阴的第四天 /146　不空成就佛 /150-151
贞信度佛母 /153　四位随侍菩萨 /154-155
法性中阴的第五天 /156　五方佛部 /158-159
五方佛部的十六位菩萨 /162-165
六道佛——守护亡灵的导师 /166-167
五方佛部的四位男性守门圣尊 /168-169
五方佛部的四位女性守门圣尊 /170-171
持明主尊的法相 /174-175　五组持明主尊 /177
空行母 /178　五种空行母 /178
勇健男女护法 /179　大赫怒迦各部关系 /182
剖析大光荣赫怒迦 /183-185　剖析金刚部赫怒 /187
剖析宝部赫怒迦 /189　剖析莲花部赫怒迦 /191
剖析业部赫怒迦 /193　高丽女神与琵萨希女神 /195
高丽女神 /196-197　琵萨希女神 /198-199
四位兽首守门护法 /201　二十八位瑜迦 /202-203
最后一天的特别叮咛 /205-206
密教修行的五种影响 /209　三种解脱法的比较 /209

真的死了
开始了七七四十九天的死后历程

本章相关经文
274-289页

在临终中阴阶段没能获得解脱的亡灵将在昏迷三天半之后重新醒来，这时候更为艰难的法性中阴已经到来，七七四十九天的死后历程就从这一刻正式开始了。

法性中阴也被称为实相中阴。亡灵在从昏迷中醒来，正式进入法性中阴以后，首先会清楚地看到自己家中的情景。由于此时亡灵已经停止呼吸三天到四天，所以家中肯定会有一些变动，比如亡灵的衣服已被脱下，亡灵生前睡卧的床铺被人撤换，原来摆放的食物也被撤走。亡灵找不到自己生时的痕迹，因此心情会非常低落和沮丧，再加上看到亲人为自己伤心哭泣，而自己想要安慰他们却又无法引起他们的注意，所以亡灵这时就会感到更加的痛苦和无助。然而最为艰难的处境还不止这些，业力的作用才是最可怕的。

业力作用开始苏醒

进入法性中阴以后，业力的作用将逐渐苏醒并频频对亡灵发出干扰，亡灵的面前将会出现各种幻相，包括形象各异的诸佛菩萨的法相以及五颜六色、明暗不同的光影，其中还会夹杂着各种使人畏惧的恐怖声音。总之，进入法性中阴以后，亡灵想要像在临终中阴时那样平静地领悟明光已是不可能了。

诸佛菩萨都是幻影

面对法性中阴的业力作用，最有效的办法就是看穿它的本质。亡灵面前所显现的各种景象都是业力作用下的幻景，也就是藏传佛教中的曼荼罗世界。亡灵只需谨记以下要点，就不会迷失在法性中阴的世界中了：

（1）眼前一一显现的景物都是亡灵自己的幻觉，不会真的对亡灵产生危害，所以不必惧怕它。

（2）在法性中阴第一个星期中所显现的寂静诸尊和寂忿诸尊，乃是亡灵自己心的投射。

（3）在法性中阴第二个星期所出现的忿怒诸尊，则是亡灵自己脑的投射。

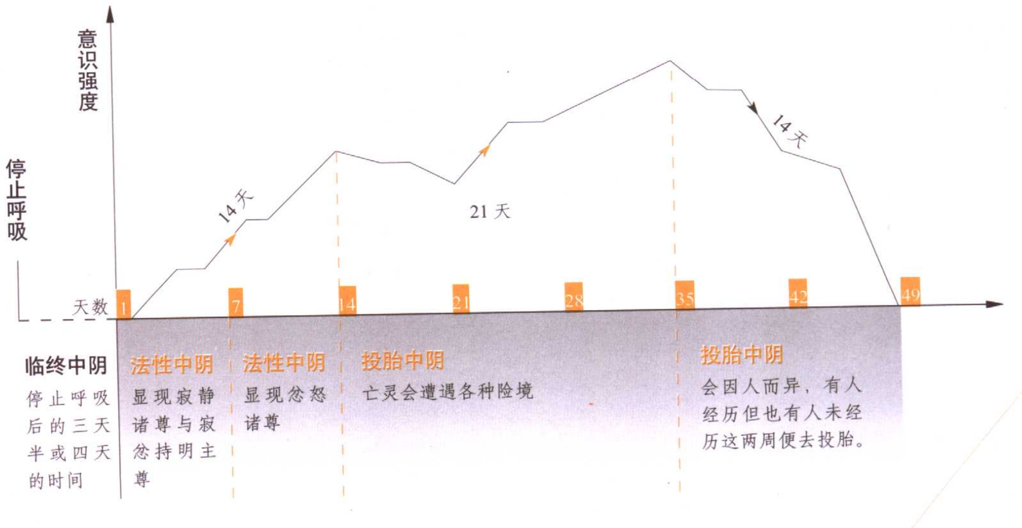
当生命已成往事

当生命已成往事，我们只能接受这个现实。

无论这一生是成功还是失败，幸福或是痛苦，圆满还是遗憾，
时辰一到，我们只得退场。
名利、爱恨，一切我们所执著的东西，
只不过是一场灿烂绚丽的烟花，
刹那间腾空，绽放，
任你幻化出多么出人意料的图案，仍在眨眼间灰飞烟灭了。
其实我们什么都留不住，我们只能保留内心的祈祷和对光明的向往。
当生命已成往事，只有微风吹过。
戏剧还是一样继续，舞台上换了新的演员。
孩子睁开懵懂的双眼，啊！又一场轮回开始了。
我怜悯他，因为我知道，等待他的，又将是一场痛苦的挣扎。
然而这一切此时都不再与我有关，
在我面前的，将是七七四十九天的考验。
我必须选择，是彻底退出这喧闹的舞台，
还是像他们一样，再次回到人间扮演一个角色。
当生命已成往事，一切都不能再令我迟疑和彷徨，
因为我的心里，充满了对光明的渴望。

死后的七七四十九天

亡者来到了法性中阴，是真正死亡的开始，随后便进入了死后七七四十九天的幻相经历。





4e
5d
4a
5a
4c
4b
5b
5c
4d
5e
9c
9d
8a
8b
8c
9b
9e
8d
1
3c
6c
3a
6a
9a
3d
3e
6d
3b
6b
8f
2
8e
7b
7c
7a
7d

寂静尊部

1 金刚萨埵阿閦如来佛父佛母

2 中央大日如来与金刚虚空佛母

（第一天、第六天）

3 东方金刚萨埵阿閦如来族部

（第二天、第六天）

3a 金刚萨埵阿閦如来与佛眼佛母

3b 地藏菩萨　3c 弥勒菩萨

3d 持镜菩萨　3e 持花菩萨

4 南方宝生如来族部

（第三天、第六天）

4a 宝生如来与玛玛基佛母

4b 虚空藏菩萨　4c 普贤菩萨

4d 念珠菩萨　4e 持香菩萨

5 西方阿弥陀佛族部

（第四天、第六天）

5a 阿弥陀佛与白衣佛母

5b 观音菩萨　5c 文殊菩萨

5d 持灯菩萨　5e 持琴菩萨

6 北方不空成就佛族部

（第五天、第六天）

6a 不空成就佛与贞信度佛母

6b 金刚手菩萨　6c 除盖障菩萨

6d 散香菩萨　6e 持糖菩萨

五方佛部四组守门圣尊

（第六天）

7a 胜利明王与持钩女神（东方）

7b 阎曼德迦与持套索女神（南方）

7c 马头明王与持锁链女神（西方）

7d 甘露明王与持铃铎女神（北方）

8 六道佛

（第六天）

8a 天道佛　8b 阿修罗道佛

8c 人道佛　8d 畜生道佛

8e 饿鬼道佛　8f 地狱道佛

9 五组持明主尊

（第七天）

9a 莲花舞主尊拥抱红色空行母（中央）

9b 次第确立持明者拥抱白色空行母（东方）

9c 司寿持明者拥抱黄色空行母（南方）

9d 大手印持明者拥抱红色空行母（西方）

9e 自发升起持明者拥抱绿色空行母（北方）


10b
10c
10f
10g
9c
4
5
7
1
8
3
6
9a
2
9d
10e
10h
11
10a
10d

忿怒尊部

1 大赫怒迦佛父佛母

2 佛部赫怒迦佛父佛母

（第八天出现的大光荣赫怒迦是大赫怒迦与佛部赫怒迦的合体）

3 金刚部赫怒迦佛父佛母

（第九天）

4 宝部赫怒迦佛父佛母

（第十天）

5 莲花部赫怒迦佛父佛母

（第十一天）

6 业部赫怒迦佛父佛母

（第十二天）

7 八位高丽女神

（第十三天）

8 八位琵萨希女神

（第十三天）

9 四位兽首守门护法

（第十四天）

9a 虎面女神（东面）

9b 猪面女神（南面）

9c 狮面女神（西面）

9d 蛇面女神（北面）

10 二十八位兽首瑜伽女

（第十四天）

10a 杜鹃头白金刚女神（东面）

10b 羊头黄金刚女神（南面）

10c 狮头红金刚女神（西面）

10d 蛇头绿金刚女神（北面）

10e 六位东方瑜伽女

10f 六位南方瑜伽女

10g 六位西方瑜伽女

10h 六位北方瑜伽女

11 可能是密教勇士勇健男女

（第七天伴随持明主尊一起出现）

进入法性中阴前读诵者要做的
对亡灵的重要提示

亡者在临终中阴中没能认出明光，无法获得解脱到了法性中阴时要格外小心，诵读要小心这是帮助亡灵获得解脱的唯一教法了。

亡灵在法性中阴将要面临更加艰难的考验，因此读诵者此时应该依照《中阴闻教救度大法》在亡灵身边悉心为其作提示，以帮助亡灵度过险境。

进入法性中阴阶段，亡灵的意识将完全脱离肉身，成为意识体。这时候，纯净空明的真理明光将会显现在亡灵的面前，但是由于业力作用的影响，可怕而又巨大的声响也会相伴而生。如果亡灵不能明白其中的真相，就会对此产生恐惧。所以，此时读诵者应该对亡灵作以下提示：

提示1：

警告亡灵要集中精力聆听读诵者的读诵，不要任心识处于迷离的状态中。随后将六种中阴的类型提示给亡灵，即：生处中阴、梦里中阴、禅定中阴、临终中阴、法性中阴与投胎中阴。

提示2：

告诉亡灵在死亡的历程中将要经历的是后面的三种中阴，并进一步提示亡灵其目前所处的阶段，即临终中阴之后的法性中阴。为了应对法性中阴的险境幻相，请他一定要专心聆听读诵的内容。

提示3：

提醒亡灵死亡已经是不可改变的事实，任何人都无法逃避死亡，所以请亡灵正视死亡，勇敢地面对中阴世界，并且要牢记三宝，争取彻底的解脱。不要对人世存有任何眷恋。

提示4：

提示亡灵要牢记并理解以下偈文。告诉亡灵，当实相中阴的幻境显现之时，请念诵下文，将一切视为自心的产物。

如今法性中阴已经在我的面前，我要抛弃所有的恐惧念头。我知道显现在面前的都是内心投射所产生的中阴幻影。现在我已经来到这个关键时刻，无论是面对平和或恐怖的诸尊时，都不要感到恐惧。因为他们都是内心的产物。

肉身／净幻身／意识体

死亡的过程其实就是从“肉身”到“净幻身”，最后到“意识体”的过程。

死亡阶段	死亡状态	意识与肉身的关系	可看见的事物
临终中阴（第一明光阶段）	意识还在肉身	呈昏迷状态	这时可以看见明光
临终中阴（第二明光阶段）	净幻身	意识几乎脱离肉体	可看见明光还有物质世界
法性中阴 投胎中阴	意识体	意识完全脱离肉体	这时看见因业力所显现的幻影

读诵的作用

对于身处中阴阶段的亡灵来说，认真聆听《中阴闻教救度大法》的提示是非常重要的。那种对于聆听的渴望也许只有当我们自己身处其中的时候才能够真正体会得到。聂达沃兹上师曾经应用梦境修法去寻找自己已逝的弟弟，从他的叙述中或许我们可以得到许多启示。

聂达沃兹上师自幼就热衷于修法，并且得到了闻解脱法等殊胜密法所有窍诀的独传。他的弟弟在一次瘟疫中被夺去了生命。为了知晓弟弟的情况，聂达沃兹上师便起用“寻忆转世梦境法”去寻找弟弟。弟弟告诉他：“我所遇到的人中有三分之二以上都堕落到深不见底的大洞里。我和那些在你座下听受过闻解脱法的同乡，虽然也遇到冰雹雨雪，朔风凛凛的侵袭，但情形还算可以。我现在才深刻地认识到，中阴修法特别是闻解脱法，本应在活着的时候好好听闻，并且应当铭记于心，可我所记住的闻解脱法不太完整。我们聚在一起诵念中阴愿词时，周围数十万人听到后，都呜呜痛哭。他们问我：‘你在法性中阴出现时，为什么不循着光明之路去呢，怎么仍在这里？’我回答说：‘法性中阴的声、光、力太赫赫耀眼了，当时我被吓得一下子昏厥过去，就没能找到光明之路。’在法性中阴出现时，虽然我差一点就识别了，但非常遗憾的是没有成功。如果闻解脱法听闻过三次，就肯定能够认识，但我活着时仅听受过两次……”聂达沃兹上师从梦里醒来后，发现自己已满脸泪痕，于是他马上起来念诵闻解脱法，以帮助弟弟度过险境。可见，在充满了各种凶险的考验的法性中阴，诵读者的诵读和提示将是多么重要。

生命元素再一次显现

五蕴与四大的显现

前面讲到，人在进入临终中阴时所显现的死亡征候就是四大和五蕴的逐一崩解。而进入法性中阴以后，这些构成人身心的要素又将会逐一地显现在亡灵的面前。我们在前面已经详细介绍了有关四大的知识，这里再来具体谈一谈五蕴。

蕴(skandha)，梵文音译为“塞犍陀”，有积聚的意思。所谓积聚就是和合相聚。佛家认为，世间一切事物，包括物质和精神的现象，都是由各种最基本的因素和合相聚而成，人的身心也是由色、受、想、行、识这五种要素聚合而成，因此把构成人身心的这五种要素称为“五蕴”。

色蕴

色蕴指的是世间一切物质现象。概括地说，就是由地、水、火、风这“四大”相互积聚而成。

受蕴

受蕴即众生通过感觉器官接触外界事物而产生的或喜欢、或不喜欢等的心理感觉，属于精神现象的范围，是人们的一种心理活动。

想蕴

想是想象、思想的意思。通过感觉器官对外界境物获取一定感觉之后，经过综合分析而在意识中形成的知觉和表象就是想蕴。

行蕴

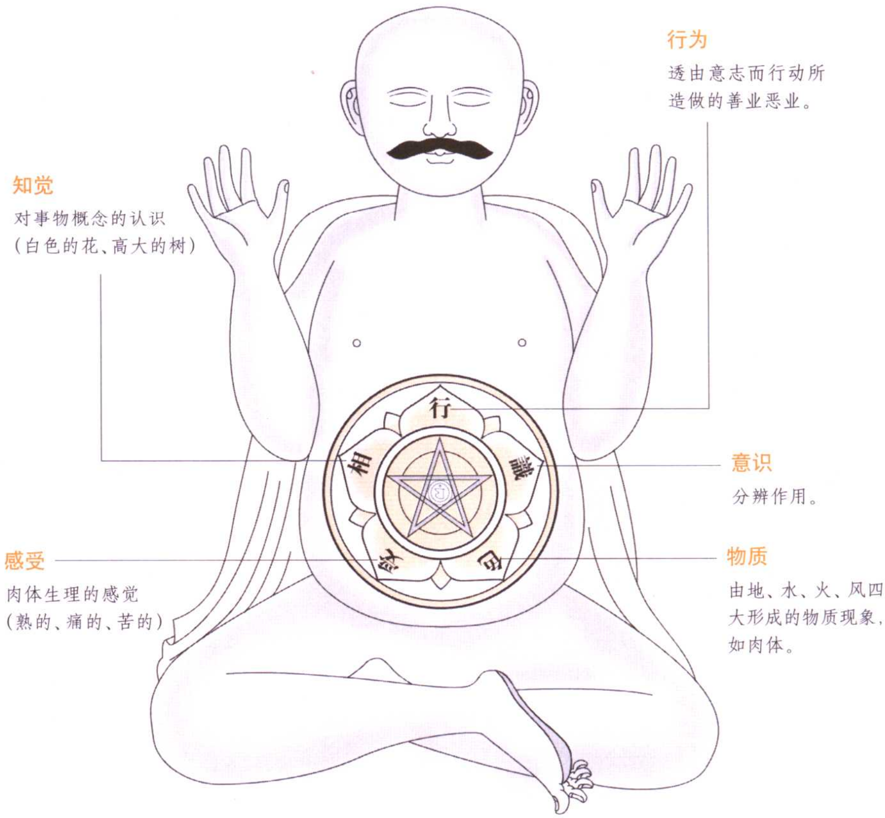
行蕴指的是通过对外界事物的认识而产生的行动意志。五蕴中的行蕴侧重于一种心理活动，主要是“思”的意思。

识蕴

识有分别、辨别的意思。识蕴主要是指人的意识作用，即因感觉、判断等认识过程对外界事物产生的辨别和了解。

在此五蕴之中，只有色蕴是属于物质现象，而受、想、行、识四蕴则基本上都属于心理层面，相当于精神现象。正因为五蕴相互和合而构成人的身心，而一切因缘和合之色法，总是处于不断地相生相灭的运动变化之中，前灭后生，相续不止，所以进入法性中阴以后，五蕴和四大又将会重新显现在亡灵面前。《中阴闻教救度大法》告诉我们，法性中阴第一天显现的是识蕴：“在识蕴的根本纯净中，散射出蓝色的光线。”其后几天里将逐一显现色蕴、受蕴、想蕴和行蕴。具体情形将在后面几章中介绍。

构成身心的五种元素——五蕴



五蕴在法性中阴阶段的出现顺序

1 识 → 2 色 → 3 受 → 4 想 → 5 行

第1天　第2天　第3天　第4天　第5天

法性中阴的幻相

陆续显现的诸神祇

法性中阴会持续14天，在这14天之中，由于亡灵的幻觉作用，将会有数尊神祇逐一显现在亡灵面前，他们形貌各异，分别来自于亡灵身体的不同部位。

● 平和庄严的寂静尊

在一切众生的心轮里，本自具有42位寂静尊，他们会在亡灵进入法性中阴以后的最初六天里陆续显现出来。寂静尊全部都是平和庄严的相貌，代表了慈悲的力量。包括：五方佛佛父佛母10位、随侍菩萨16位、守门圣尊8位以及六道佛和本初佛双身相。这42位寂静尊在密宗中被称为文坛城。

● 威猛恐怖的忿怒尊

在众生头顶的大乐轮里，本自具有60位忿怒尊，他们将在法性中阴的第8天到第14天里陆续显现。所有的忿怒尊都呈现出威猛可怖的相貌，有的三头六臂，有的怒目圆睁，有的呲牙吮血，让人望而生畏。包括：赫怒迦佛10位，高丽女神8位，琵萨希女神8位、守门女神4位、瑜伽女28位，另外还有大黑天和阎摩天。这60位忿怒尊在密宗中被称为武坛城。

● 介于二者之间的寂忿尊

除此以外，还有10位持明主尊存在于众生的喉轮处，也就是喉咙的部位，他们将在法性中阴的第七天里显现，其相貌介于寂静和忿怒之间，个个都是略带怒意的表情，所以被称为寂忿尊。

在诸佛菩萨现于眼前的时候，亡灵一定要清楚眼前形貌各异的神祇都只是密宗中曼荼罗世界的幻景，并没有实在性。

112位神祇从亡灵脑、喉、心发出

法性中阴中显现的112位神祇，他们都是从亡灵的心中、脑海、喉胧发出。



喉 部

法性中阴第7天（10位）

寂忿尊

持明本尊（10位）



脑 部

法性中阴第8－14天（60位）

忿怒尊

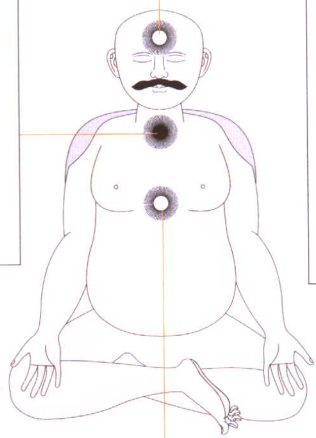
赫怒迦佛双身相（10位）

高丽女神（8位）

琵萨希女神（8位）

守门女神（4位）

瑜伽女（28位）



心 脏

法性中阴第1－6天（42位）

寂静尊

五方佛双身相（10位）

随侍菩萨（16位）

8位守门圣尊（8位）

六道佛（6位）

本初佛双身相（2位）



法性中阴阶段显现的神祇统计表

法性中阴阶段的40天里，亡灵会见到的佛菩萨多达112尊，下表统计出每一天出现的神祇类型与数量。

神祇类别		天数 1	2	3	4	5	6
01	五方佛佛父	1	1	1	1	1	5
02	五方佛佛母	1	1	1	1	1	5
03	男性菩萨		2	2	2	2	8
04	女性菩萨		2	2	2	2	8
05	本初佛佛父						1
06	本初佛佛母						1
07	六道佛						6
08	男性守门忿怒尊						4
09	女性守门忿怒尊						4
10	持明主尊佛父						
11	持明主尊佛母						
12	空行母						
13	勇健男						
14	勇健女						
15	天兵天将						
16	护法神						
17	赫怒迦佛父						
18	赫怒迦佛母						
19	人首食尸高丽女神						
20	兽首食尸瑟萨希女神（归类为赫怒迦）						
21	兽首守门女神（归类为赫怒迦）						
22	二十八位兽首瑜珈女						
	每日的神祇数量统计	2	6	6	6	6	42

7	8	9	10	11	12	13	14	
	寂静尊 42 位							
5	寂静尊 10 位							
5								
无量								
无量								
无量								
无量								
无量							2	大黑天与阎摩天；寂静尊 60 位
	1	1	1	1				
	1	1	1	1				
						8		
						8		
							4	
							28	
							34	

第一天的幻相

与大日如来佛父佛母的相遇

亡灵停止呼吸三天半到四天以后，就要进入法性中阴，从法性中阴的第一天起，各种考验将正式开始。

所谓法性中阴的考验，就是指一系列由业力作用引发的幻相，如果亡灵能够体认出这些幻相，就可以获得解脱。这些业力幻相主要显现为某些因缘关系、蕴界构成以及不同色彩的光线，这些要素就是法性中阴每一天幻相的基本构成。我们将分别从显现的神祇、显现的四大与五蕴、显现的光芒以及考验的结果四个方面对每一天的幻相构成作一归纳。

法性中阴第一天的幻相构成

显现的神祇	大日如来与金刚虚空佛母
四大与五蕴	四大：无 五蕴：识蕴
显现的光芒	智慧的光芒：蓝色，明亮耀眼的法界智光。 恶业的光芒：白色，微弱柔和的天道之光。
亡灵的选择	1、获得解脱，证得报身佛果，并安住在中央密严佛土。 2、进入天界，再次堕入六道轮回。 3、继续经历第二天的考验。

大日如来与金刚虚空佛母现身

在法性中阴的第一天里显现的神祇是来自宇宙中央并遍及一切净土的大日如来与金刚虚空佛母，《中阴闻教救度大法》里是这样描述神祇现身时的景象的：整个虚空闪耀着蓝色的光芒，白色身躯的大日如来，拥抱着金刚虚空佛母，手持八瓣轮辐法轮，坐在狮子坐骑上。

智慧之光与恶业之光显现

1、智慧之光

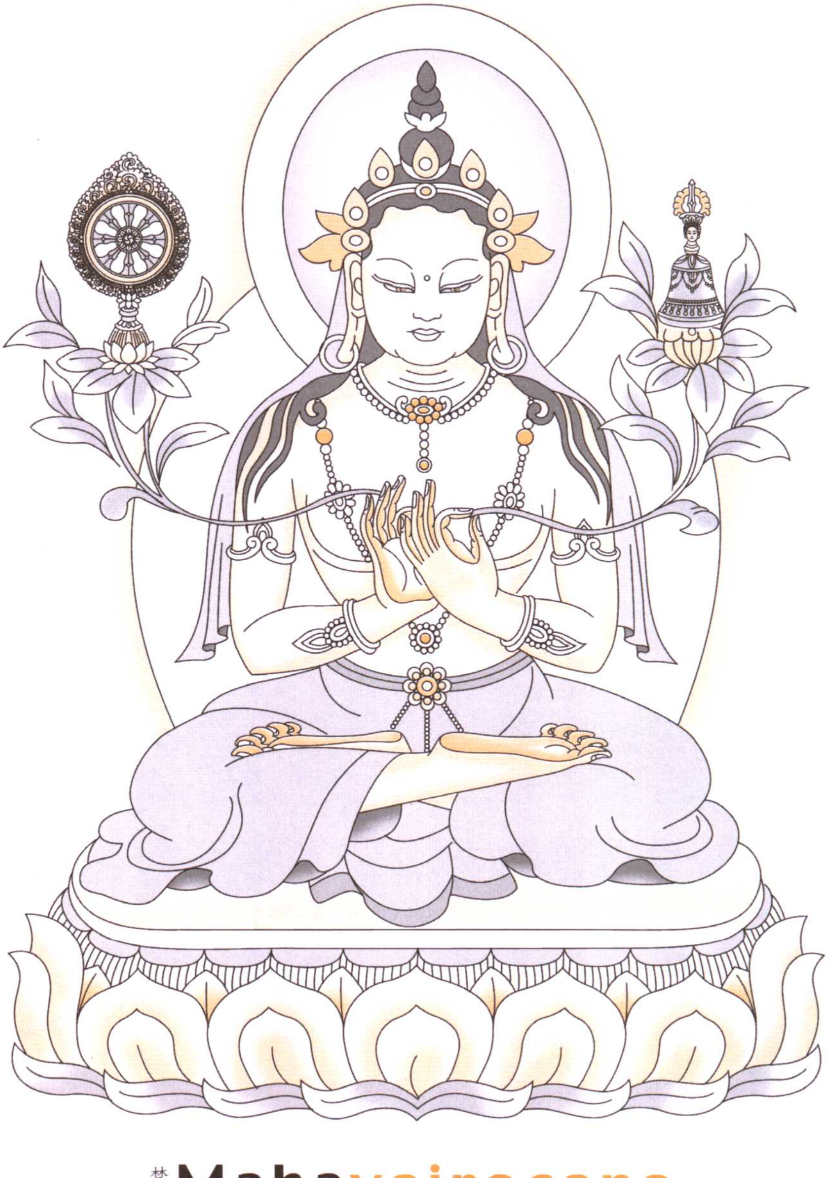
法性中阴第一天显现的智慧之光是法界智光(the wisdom of the Dharma-dhatu)，它呈清晰、明亮而又耀眼的蓝色。《中阴闻教救度大法》中这样描述：在识蕴的根本纯净中，散射出蓝色的光线。它是由佛父大日如来与佛母的心中发射出来，清晰、明亮而又耀眼的法界智光，它将使您的眼睛难以承受。



宇宙中央的佛陀：大日如来

第一天出现的大日如来代表着宇宙的真理（the one truth）。大日如来位处宇宙中央，拥抱金刚虚空佛母，四周围绕逐一出现的四位禅定佛，代表四大，即四种构成元素水、地、火、风，他们围绕着宇宙唯一的真理。

大日如来





(1) 梵语：Mahavairocana 或 Vairocana。
(2) 他是五方佛之首。五方佛代表着五位不同方位的宇宙佛陀，中央部即是大日如来，在密教他被视为释迦牟尼的法身佛。
(3) 藏传佛教里显密并重，大日如来是密教的教主，与显教教主释迦牟尼同等重要。
(4) 他代表五智中的法界体性智，是智慧的拟人化。

辨认特征

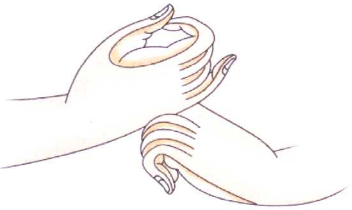
1 白肤
蓝白色代表克除执著所带来的痴毒。

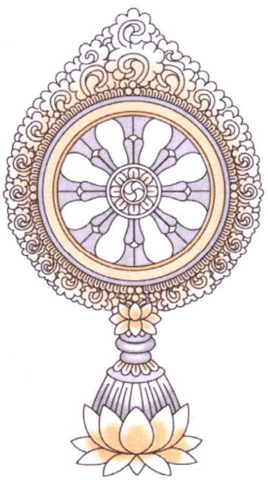
2 持物
八瓣轮辐的法轮，代表宇宙真理（宇宙实相）超越时间与空间的概念，也隐喻大日如来遍及一切无所不在的本质。

3 手印
一是转法轮印，代表传法与教导的手印。二是智拳印，象征思维。

4 坐骑
狮子


转法轮印


智拳印


八瓣轮辐法轮


金毛狮

2、恶业之光

与法界智光相伴显现的是来自天道的柔和白光。《中阴闻教救度大法》中这样描述：同时，另一道来自天道的柔和白光也会在您面前显现。由于受到恶业的影响，您会感到害怕法界智光的强烈光芒，而对柔和的天道之光产生喜爱之情。

轮回与解脱的结局选择

亡灵在两道光芒面前的选择将会决定其以后的道路，我们建议亡灵采取以下方法：

1、向往强烈的智慧之光

要相信清晰、明亮、耀眼的智慧蓝光，它是佛陀所散发的法界智光，将会带领亡灵往生净土，永远脱离六道轮回，所以亡灵要一心向往它，并在心里祈愿请求："这是来自圣尊大日如来的慈悲光芒，我愿在它之下获得保护。"

2、离弃柔和的恶业之光

不要被来自天界的柔和白光所吸引，也不要对它心生向往，因为它将诱惑亡灵堕入六道轮回。请坚决地离弃它。

3、按照以下偈文专心祷告

因为极度的愚昧积习，使得我在轮回中迷离，在法界智光明亮的道路上，愿圣尊大日如来护佑在我之前，愿金刚虚空佛母护佑在我之后，帮助我跨越中阴的危险路程，引导我前往圆满的佛陀境域。

这种祷告可以使亡灵的神识融入大日如来与金刚虚空佛母的心中，证得报身佛果并往生宇宙中央的密严佛国。

大日如来的净土

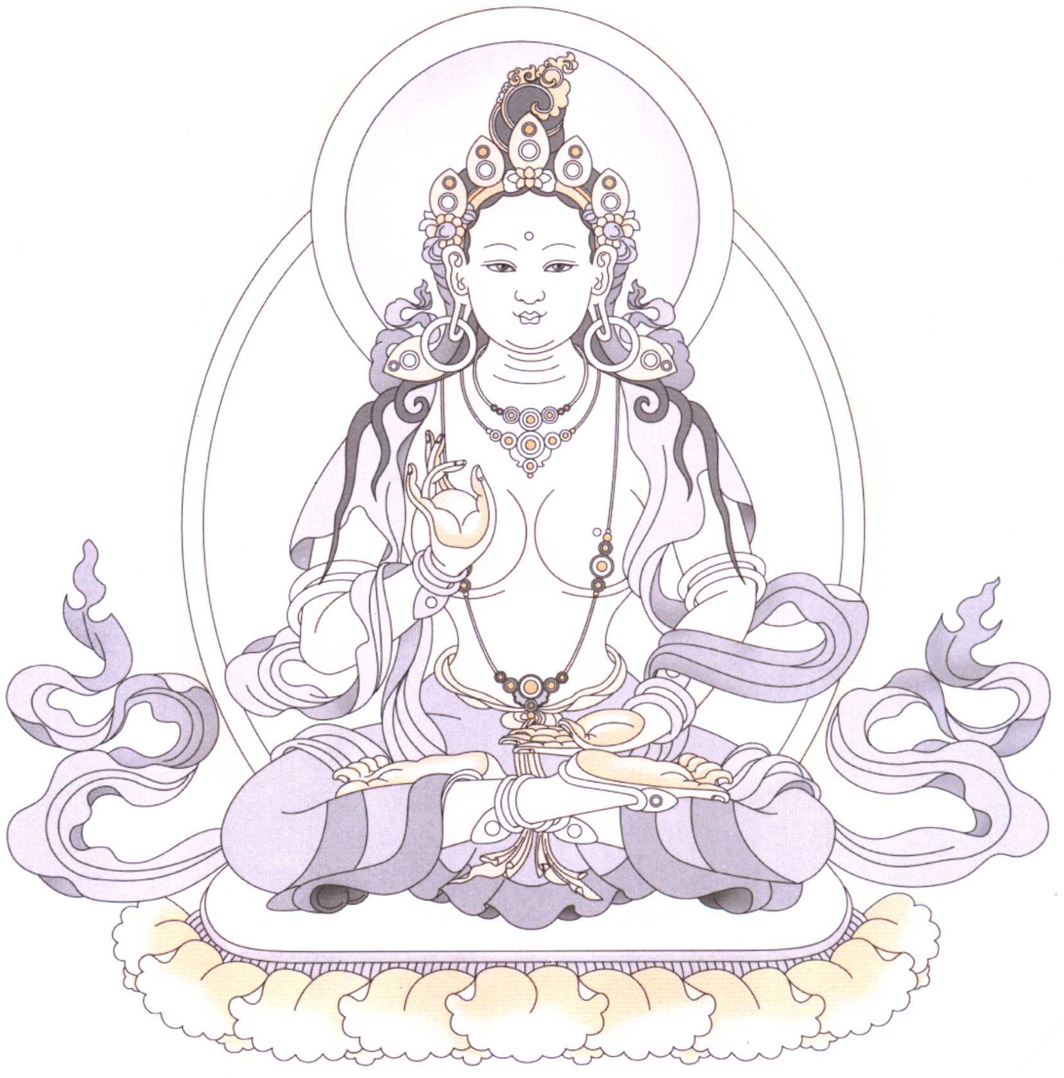
遍及一切的曼荼罗净土 = 密严佛国 = 万法的种子播种 = 法界

金刚虚空佛母

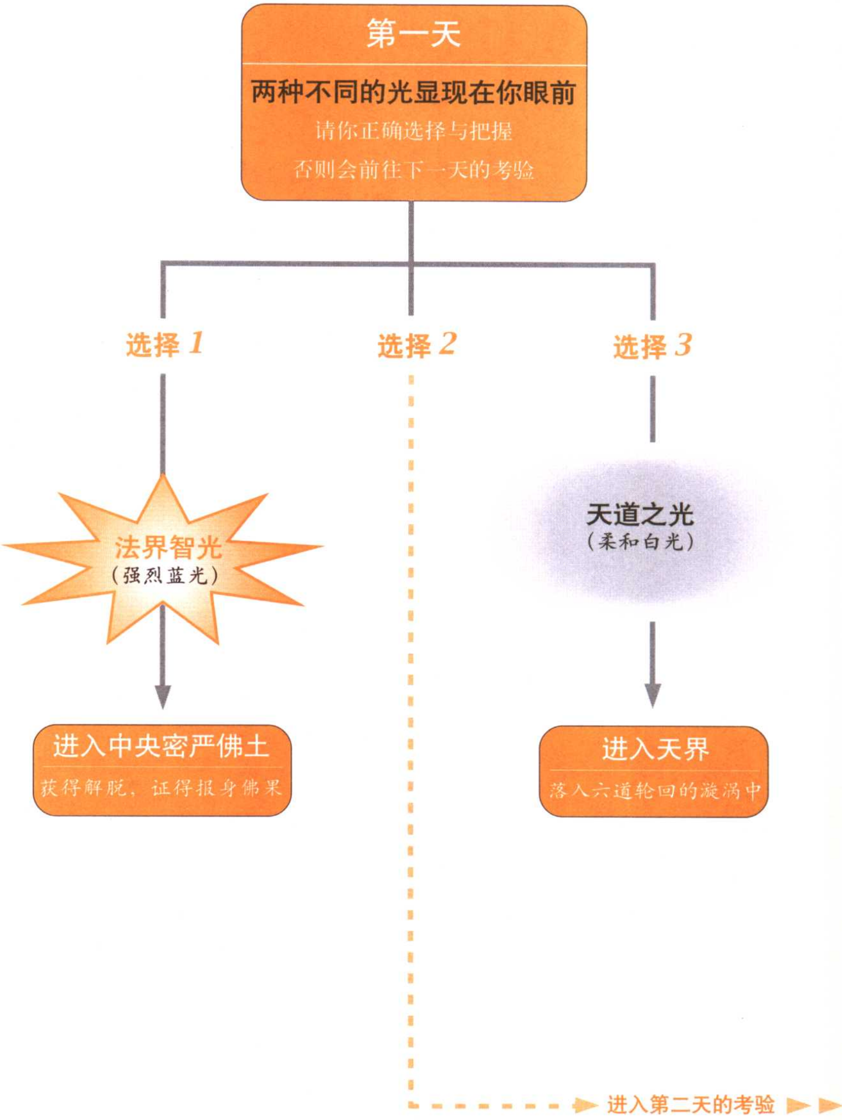
(1) 梵语：Akashadhatuishvari。

(2) 佛父亲密拥抱佛母是密教中特殊的双身相，预含慈悲（佛父）与智慧（佛母）的结合。

(3) 白肤的金刚虚空佛母是宇宙阴性根本，而大日如来佛父被视为万有的种子。



法性中阴的第一天


第一天
两种不同的光显现在你眼前
请你正确选择与把握
否则会前往下一天的考验
选择 1
选择 2
选择 3
法界智光
（强烈蓝光）
天道之光
（柔和白光）
进入中央密严佛土
获得解脱，证得报身佛果
进入天界
落入六道轮回的漩涡中
进入第二天的考验



【手印】

手印（梵文mudra，藏文phyag-rgya），又称为印契，现常指密教在修法时，行者双手与手指所结的各种姿势。音译作母陀罗、慕捺罗、母捺罗，或称印相、契印、密印，或单称为“印”。

佛菩萨及本尊的手印，象征其特殊的愿力与因缘，因此我们与其结相同的手印时，会产生特殊的身体的力量和意念的力量，这和佛菩萨及本尊修证的本位力量的身心状况是相应的。

在密教中，手印是指曼荼罗海会诸尊为标示其内证之三昧境界，或修行者为了表达同于诸尊本誓，而于其手指上所结的密印。属于本尊身、语、意三密中之身密。三密（梵文trini gahyani），是指秘密的三业，即是身密（梵kayaguhya），口密（梵vag-guhya）或称作语密，意密（梵mano-guhya）或称作心密，主要来自密教所说。众生之三密中，行者手作本尊之印契，乃至行、住、坐、卧等一切事业，皆称之身密；口诵真言，乃至一切言语等口业，皆称语密；心中观本尊，乃至随一切因缘起念，各种事业，皆称为意密。

广泛的身密不是只有手印而已，任何的体姿都是属于身密的范围。人类的手很灵巧能够做出各种姿式，但都是建立在染污的无明上，所造作的动力都是来自贪、嗔、痴、慢、疑。例如，因为愤怒而举起拳头打人，甚至发展成一套拳法，或拿起武器攻击别人等等，无不是受无明的驱动，所造作出来的染业。从广义来讲，人类整个身体动作都是身业的范围，是众染污中而起的，和佛菩萨清净的身密不同。密宗依此三密加持、三密相应的广大作用，让我们能转凡夫身而成就佛身，也就是透过身、语、意三密的修持，让我们即身成佛，因此之故，我们当再探讨身、语、意三密的深层意义及其行相，以作为三密修习的前行。

我们平时看到佛菩萨本尊等的图像、塑像，多是以他们身上的持物或手印来判定其尊名。其实，不论是阿弥陀佛、释迦牟尼佛、不动佛或药师佛，在他们住世的过程中所结的手印也有彼此相同的。所以，用手印及持物来判断尊名，也不是绝对的分辨方法。但我们若单一地来看各个佛像，从手印还是可以了知其特别的愿力、因缘及特别的悟境，乃至其成道、说法时的特别状况。例如阿弥陀佛的说法印和接引印是一般人较为熟悉，但其实这手印也在释迦牟尼佛身上出现过，只是现在我们把手印特殊化了。因阿弥陀佛的说法印和接引印特别常用，所以就以此手印分别。再加上九品九生印，这是阿弥陀佛接引九品九生的人时，所示现的特有境界，是依照要往生的人的境界所现，给他们导引而九个手印并不是一定如此，只是在密教中被特殊化了。阿弥陀佛也可能相应于因缘而在接引上品上生的众生时，示现法界定印，安住在圆满法性。

了解了这个因缘，我们就能更正确的认识手印。

第二天的幻相

金刚萨埵阿閦如来佛父佛母相遇

如果亡灵因恶业积累过重或者有神经功能障碍而在智慧强光面前躲避逃离的话，就要继续接受第二天幻相的考验。

● 法性中阴第二天的幻相构成

显现的神祇(共6位)	佛父佛母：金刚萨埵阿閦如来与佛眼佛母 两位男性菩萨：地藏菩萨与弥勒菩萨 两位女性菩萨：持镜菩萨与持花菩萨
四大与五蕴	四大：水大 五蕴：色蕴
显现的光芒	智慧的光芒：白色，明亮耀眼的大圆镜智光。 恶业的光芒：柔和模糊的地狱道之光。
亡灵的选择	1、获得解脱，证得报身佛果，并安住在东方净土妙乐佛国。 2、堕落到地狱界，继续进入六道轮回。 3、继续经历第三天的考验。

● 金刚萨埵阿閦如来与佛眼佛母现身

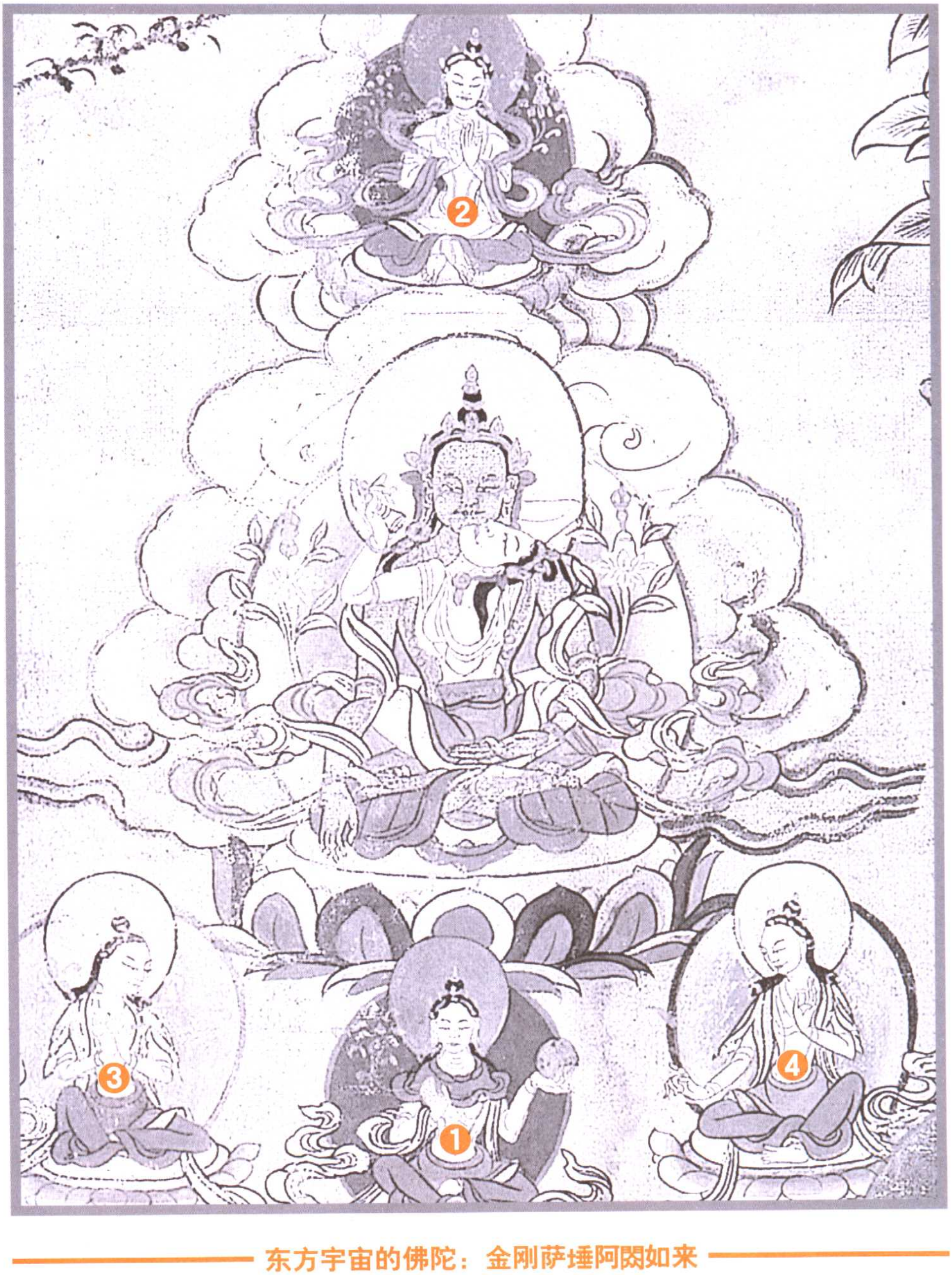
法性中阴第二天显现的神祇是来自东方净土妙乐佛国的圣尊金刚萨埵阿閦如来。《中阴闻教救度大法》里这样描述神祇现身时的景象：整个虚空闪耀着白色的光芒，它来自于纯净的“水”元素。蓝色身躯的金刚萨埵阿閦如来，拥抱着佛眼佛母，手持五钴金刚杵，坐在大象坐骑上。

在他的身旁有四位菩萨相伴，分别是地藏菩萨和弥勒菩萨两位男性菩萨与持镜菩萨和持花菩萨两位女性菩萨。亡灵只有认出这六位神祇，才能够在他们的协助之下证得报身佛果。

● 智慧之光与恶业之光显现

(1) 智慧之光

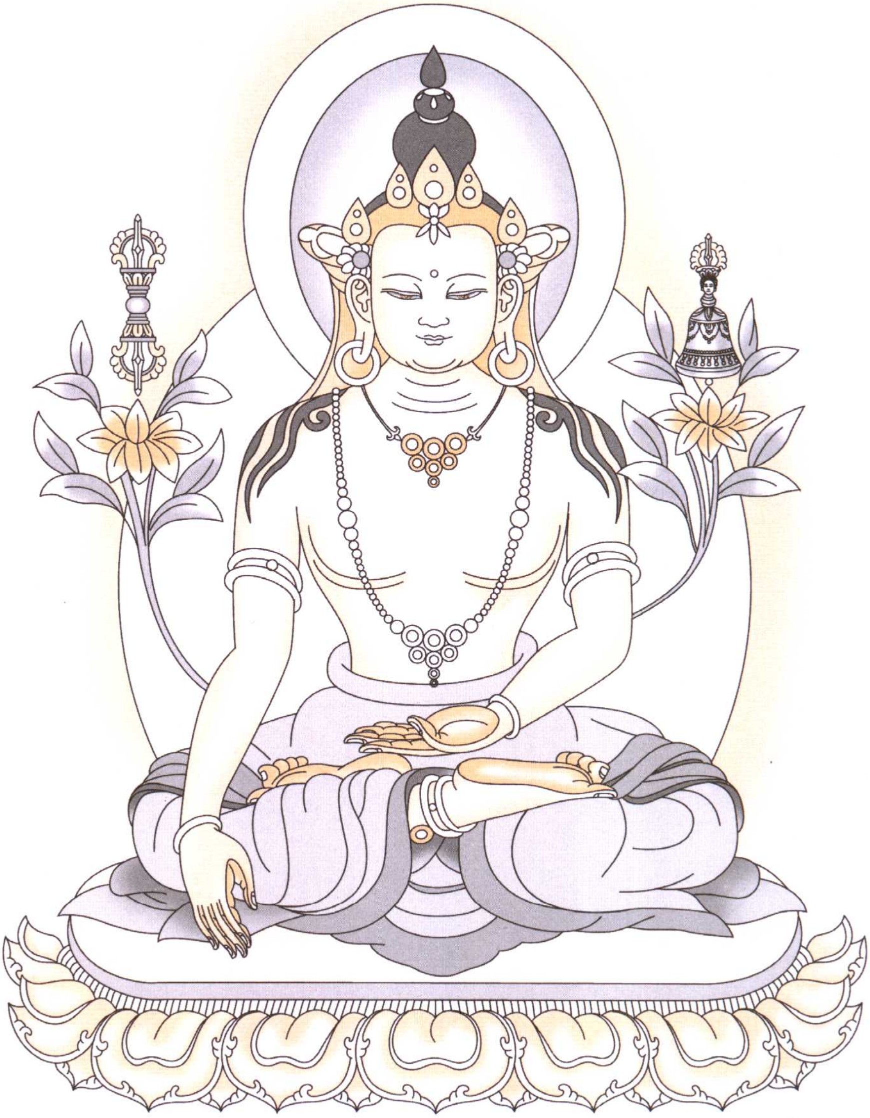
法性中阴第二天显现的智慧之光是大圆镜智光(the mirror–like wisdom)，它呈现出夺目、耀眼的白色。《中阴闻教救度大法》中这样描述：在色蕴的根本纯净中，散射出一道白色的光芒。它是由佛父金刚萨埵阿閦如来与佛母的心中发



东方宇宙的佛陀：金刚萨埵阿閦如来

阿閦如来是位居宇宙东方的佛陀，在《中阴闻教救度大法》里是以金刚萨的姿态显现他怀抱佛眼佛母，同时周围跟随着四位菩萨分别是：①地藏菩萨；②弥勒菩萨；③持镜菩萨；④持花菩萨。

金刚萨埵阿閦如来



Vajrasattva-Akshobhya

Vajra — 金刚
sattva — 本质
金刚 + 本质 → **金刚萨埵**

Akshobhya — “无法动摇” → **阿閦**

金刚萨埵阿閦如来

①金刚萨埵阿閦如来的梵语是 Vajrasattva-Akshsobhya。

②阿閦如来是五方佛中来自宇宙东方的佛陀。

③在《中阴闻教救度大法》中阿閦如来是以金刚萨埵阿閦如来是以报身佛或是庄严积极的投射形象显现在亡灵面前。

辨认特征

1 蓝肤

代表克除嗔毒

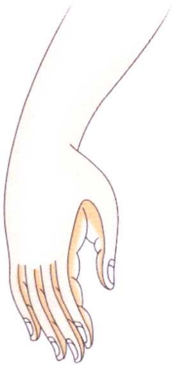
2 手印

触地印或称降魔印，是释迦牟尼证悟时的持印。

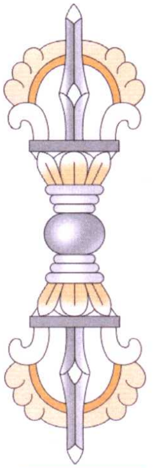
3 降魔杵

3 坐骑

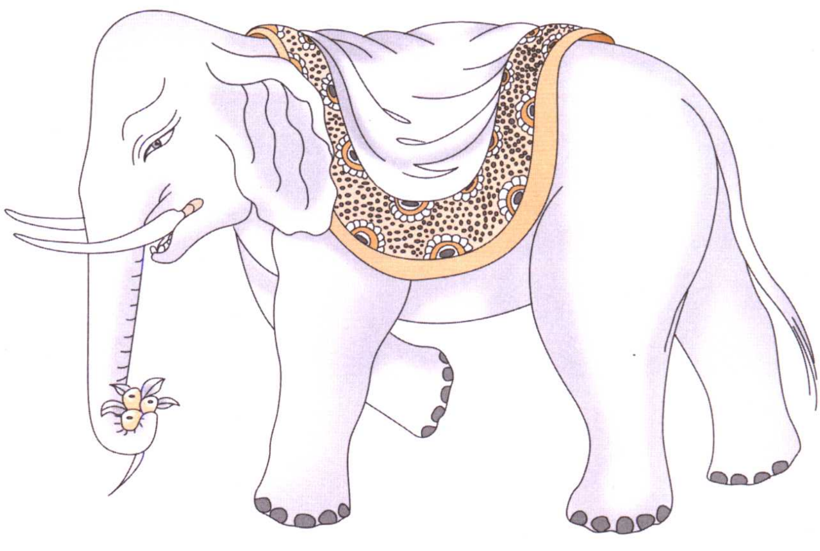
大象



触地印



降魔杵



白 象

射出来的，夺目、耀眼的大圆镜智光。它将使您的眼睛难以承受，但是这种神圣的光芒也是感化并救度亡灵的一种慈悲的光芒，它就像一把钩子，能够从险境之中将亡灵解救出来。

(2) 恶业之光

与大圆镜智光相伴显现的是来自地狱的烟雾柔光。《中阴闻教救度大法》中这样描述：同时，另一道来自地狱道的烟雾般的柔光也会在您面前显现。由于受到恶业的影响，您会感到十分害怕那种大圆镜智光的强烈光芒，而对柔和的烟雾般的地狱界光芒产生喜爱之情。

● **轮回与解脱的结局选择**

我们给面临着两种光芒选择的亡灵以下提示：

(1) 向往强烈的智慧之光

此刻，要相信清晰、明亮、耀眼的智慧白光，要认真体认其中所散发的智慧，亡灵要一心向往它，并在心里祈愿请求："这是来自圣尊金刚萨埵阿閦。"

(2) 离弃柔和的恶业之光

不要被来自地狱界的烟雾般的柔和光线所吸引，也不要对它心生向往，因为它是亡灵所造罪业的累聚，将诱惑亡灵堕入万劫不复的六道轮回。请坚决地离弃它。

(3) 按照以下偈文专心祷告，并将神识融入金刚萨埵阿閦如来与佛眼佛母的心中。

因为强烈的嗔恨与暴力习性，使得我在轮回中迷离，在大圆镜智光引领的明亮路上，愿圣尊金刚萨导我前往圆满的佛陀境域。

佛眼佛母——如来之眼的化身

(1) 佛眼佛母的梵语 Buddha Locana, 其中 Locana 意指“眼”。

(2) 金刚萨埵阿閦如来的伴侣佛眼佛母，是“如来之眼”的力量的拟象化。因为她具有诞生三世诸佛的伟大力量，故称佛母。



四位随侍菩萨



地藏菩萨（象征大地孕藏）

地藏菩萨，梵语 Ksitigarbha，意思是大地的子宫或者是大地的母体，翻译为地藏。佛教典籍记载，在释尊圆寂后到弥勒菩萨成道的一段无佛时代，地藏菩萨发下誓愿救度六道的众生，才愿成佛。“我不入地狱，谁入地狱”这句名言就是形容地藏菩萨慈悲怜悯的广大誓愿。



弥勒菩萨（象征慈爱）

弥勒菩萨，梵语 Maitreya,意思是慈爱，他是一位以慈悲心感化众生的未来佛陀，住在兜率天的美丽宫殿。据说弥勒降临于人间之前，被释迦牟尼佛指定为佛法中的宝冠王子，因此被视为未来佛。



持镜菩萨（美丽化身）

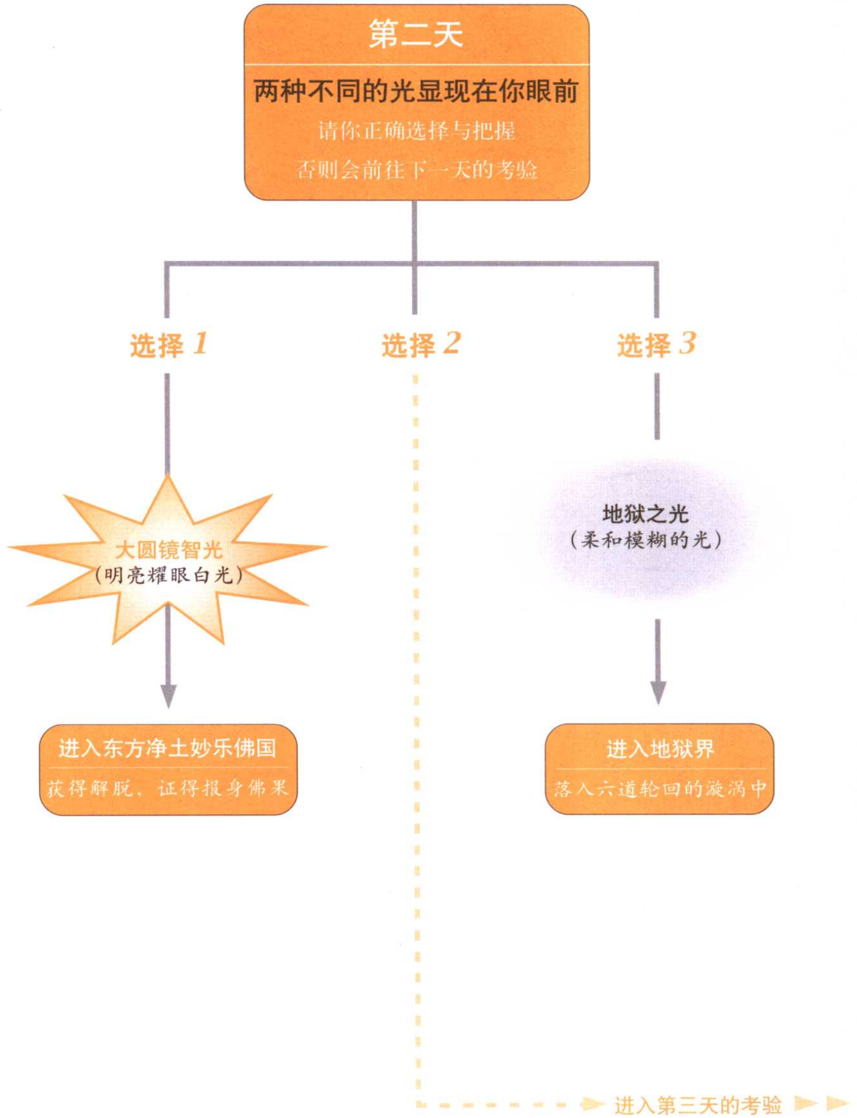
持镜菩萨，梵语Lasya，是指美人或者是娇媚，这是一种对于美的拟人化或者拟象化的说明，仿佛是说拿着镜子的就是美女。这位持镜女性菩萨以优美的舞姿与手印，吸引人们的注目。在印度神话中被视为诱惑的女神，展现肉体美感、优雅庄严的女性法则。

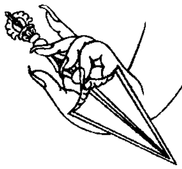


持花菩萨（美丽化身）

持花菩萨，梵语Puspa，持花的女子是指手持鲜花的女子，如同持镜菩萨代表的是美的拟人化。她是花卉与大自然的女神化身，也是视觉感知的象征菩萨。

法性中阴的第二天


第二天
两种不同的光显现在你眼前
请你正确选择与把握
否则会前往下一天的考验
选择 1
选择 2
选择 3
大圆镜智光
（明亮耀眼白光）
地狱之光
（柔和模糊的光）
进入东方净土妙乐佛国
获得解脱，证得报身佛果
进入地狱界
落入六道轮回的漩涡中
进入第三天的考验



【密教法器】

所谓法器，乃佛教中修道或法会时之资具，包括供具与用具。西藏密乘特色之一，即为其特重繁复之仪轨与特定之法器。其法器之来源，主要是晚期印度佛教吸收印度教中可取之物而传入西藏，并融合部分棒教之法器，故名目极多，就所使用场合之不同，可分为六类：

一、礼敬时所用者：(1)袈裟，式如缚帛之方单，缠身而露其右肩，与中国之衣，义同而式异。(2)挂珠，凡108颗，有菩提子、金刚子、莲子、水晶、珍珠、珊瑚、琥珀、玛瑙、玻璃、青金、白金、木患子、人头骨等，依所修法之不同而使用不同之珠。(3)哈达，此为薄绢所特制之长方形纱帛，有红黄蓝诸色，大者丈余，小者三、四尺，送礼、拜客、谒见喇嘛，乃至与友通信，均须赠献哈达，以表示敬意，其色别、大小、长短、阔狭等，须就身份阶级之不同而有所定制，不可混用。

二、称赞时所用者：(1)钟，有大小各式。(2)铎，即大铃，有金舌与木舌两种。(3)鼓，有大鼓、腰鼓、羯鼓、铜鼓等类。(4)铃。(5)铙钹，大者称铙，小者称钹。(6)筚篥，其状似笛，其声悲，故又称悲栗。(7) 骨笛，以人骨为之。(8)六弦琴。

三、供养时所用者：(1)香炉。(2)镫台。(3)水盂。(4)供献器，如瓶、盘、钵、杯、碗等。(5)幢，有羽毛、宝石、金饰、丝绢等类，形式有如旗节。(6)旐旙，式如船用风旗，即旗幅之下垂青，有大小，长短各式。(7)华盖。(8)璎珞，为以珠宝缀成之饰物，戴于头上者为璎，挂于身者为珞。(9)花用诸种花宝制成，有长、圆圈、条等式。(10)花笼，为盛花之器具，以金银竹木等为之。

四、持验时所用者：(1)曼荼罗，即修持密法所用之坛，又称道场、坛城、轮坛、轮圆具足，有方、圆、三角等式。(2)念珠，又名数珠、佛珠。珠粒较挂珠为小，且其颗数不似挂珠固定为108颗，而较有伸缩性，自14颗至1080颗皆可。(3)金刚杵，有一股、三股、五股三种，质料有金宝与香木之别。(4)铃杵，亦分一股、三股、五股三种。(5)轮，又称者吉啰,样式颇多。(6)鼓，分大鼓、鸡娄二种。(7)引磬，与我国内地所用者相同。(8)木鱼，与中国式相同。(9)灌顶壶，喇嘛为弟子作秘密灌顶时所用之秘密水壶。

五、护摩时所用者：(1)曼荼罗。(2)炉，分方、圆、三角等三种，随法而用。(3)护身佛，以铜铸佛像装于银盒内，或顶戴于头，或佩于胸。(4)秘密符印，分方、圆、三角三式，又分护身、(六)劝导时所用者：(1)摩尼轮，其形如桶，中贯一轴，可旋转，上刻六字观音咒。(2) 祈祷筒，式如摩尼轮而较大，以风力、水力或器械以旋转。(3)祈祷壁，刻六字明咒于版上，挂之于壁。(4)祈祷幢，幢上写有六字明咒，以竿揭于屋顶。(5)祈祷石，将刻有六字明咒之石，置于山麓或途中。

第三天的幻相

与宝生如来佛父佛母相遇

在慈悲光芒的召引之下，因为累世的恶业以及一贯的傲慢情绪的影响而仍然执迷不悟的亡灵将继续接受第三天幻相的考验。

● 法性中阴第三天的幻相构成

显现的神祇(共6位)	佛父佛母：宝生如来与佛母玛玛基 两位男性菩萨：虚空藏菩萨与普贤菩萨 两位女性菩萨：念珠菩萨与持香菩萨
四大与五蕴	四大：地大 五蕴：受蕴
显现的光芒	智慧的光芒：黄色，明亮耀眼的平等性智光。 恶业的光芒：蓝色，温柔模糊的人道之光。
亡灵的选择	1、获得解脱，证得报身佛果，并安住在南方净土荣耀佛国。 2、进入人道，再次堕入轮回。 3、继续经历第四天的考验。

● 宝生如来与佛母玛玛基现身

法性中阴的第三天里将会显现来自南方净土荣耀佛国的圣尊宝生如来与佛母玛玛基，《中阴闻教救度大法》里是这样描述神祇现身时的景象的：整个虚空闪耀着黄色的光芒，它来自于纯净的“地”元素。黄色身躯的宝生如来，拥抱着佛母玛玛基，手持与愿宝，骑乘着宝马。在他的身旁有四位菩萨相伴，分别是虚空藏菩萨和普贤菩萨两位男性菩萨与念珠菩萨和持香菩萨两位女性菩萨。六位菩萨从彩虹的光轮中现身出来。

● 智慧之光与恶业之光显现

(1) 智慧之光

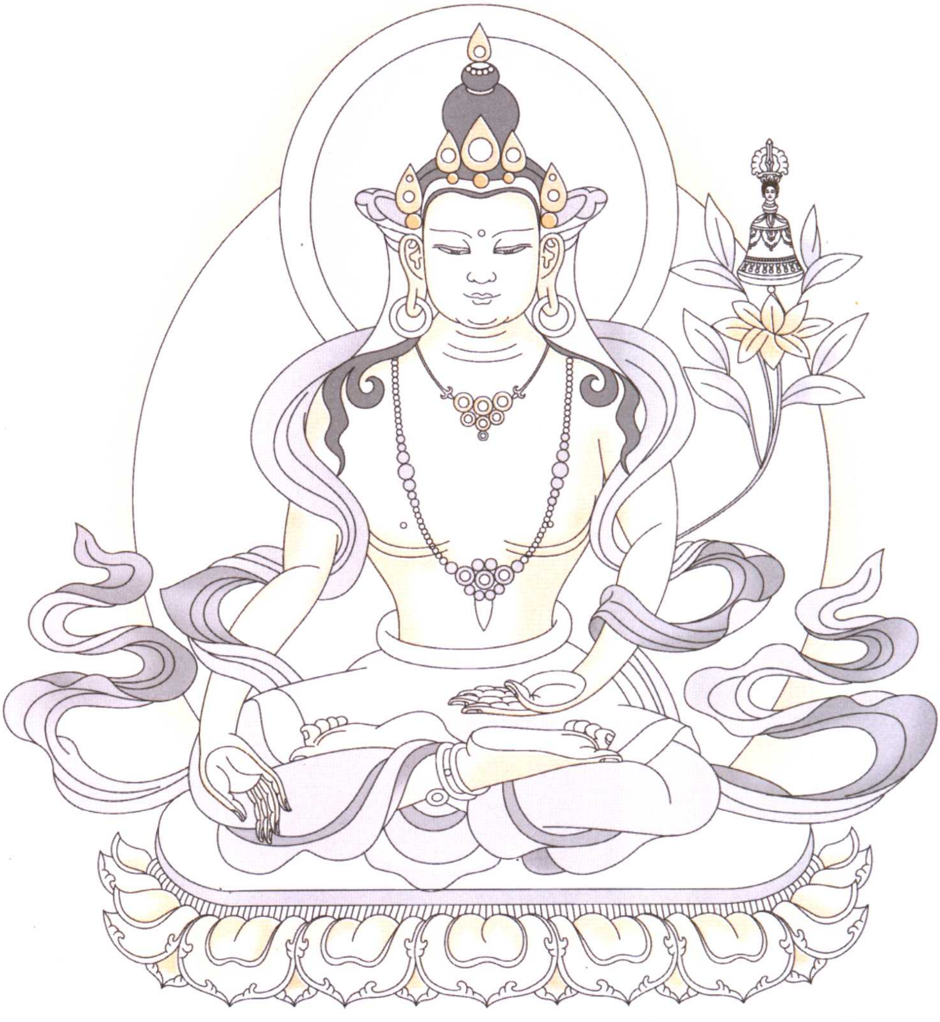
法性中阴的第三天里将会显现的智慧之光是平等性智光(the wisdom of equality)，它呈现明亮、强烈的黄色。《中阴闻教救度大法》中这样描述：在受蕴的根本纯净中，散射出一道黄色的光线，周围点缀着圆环光盘。它是由佛父宝生如来与佛母的心中发射出来的，明亮、强烈的法界智光，它将强烈刺痛您的眼睛，使您难以承受。



宇宙南方的佛陀：宝生如来

宝生如来是位居宇宙南方的佛陀，拥抱佛母玛玛基，周围跟随四位菩萨，分别是①虚空藏菩萨；②普贤菩萨；③念珠菩萨；④持香菩萨。

宝生如来



宝生如来

(1) 宝生如来的梵语是 Ratnasambhava。

(2) 宝生如来统御五部中的宝部，被视为世界的庄严者，位居宇宙的南方。

(3) 他是五智中平等性智的拟人化表现，这种智慧可以克服傲慢所带来的毒害。

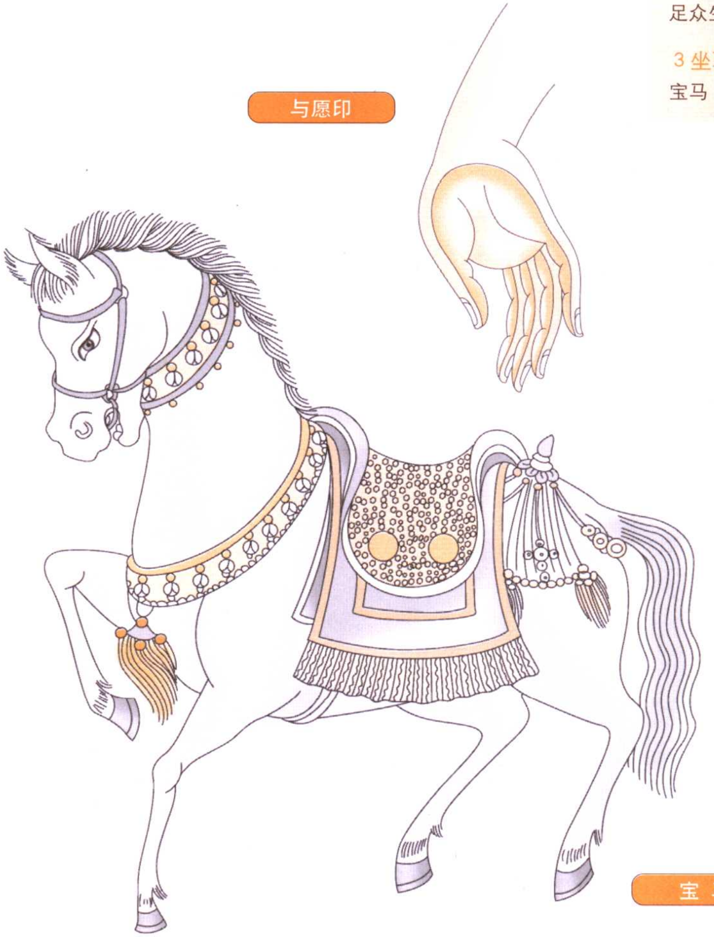
(4) 宝生如来在佛像或者是绘画中是五方佛中穿着最为华丽的一尊。

辨认特征

1 金肤
代表克服慢毒。

2 持印
与愿印。掌心向外，宛如“给予”的意思，满足众生的愿望。

3 坐骑
宝马



名词解释

宝部

为密教金刚界五部之一。又称摩尼部。于佛之万德圆满中，福德无边，如同摩尼宝藏，故称宝部。金刚界曼荼罗五解脱轮中，南方宝生如来与金刚宝、金刚光、金刚幢、金刚笑等四亲近菩萨。及四波罗蜜中之宝波罗蜜菩萨均属此部。其中，宝生如来为部主，宝波罗蜜菩萨为部母。宝部系表宝生如来之内证妙用，故又表显五智中之平等性智；内证此德之诸尊即称宝部尊。

(2) 恶业之光

与平等性智光相伴显现的是来自人道的柔和蓝光。《中阴闻教救度大法》中这样描述：同时，另一道来自人道的柔和蓝光也会在您面前显现。由于一贯的自以为是情绪的影响，您会感到害怕平等性智光的强烈光芒，而对柔和模糊的人道之光产生喜爱之情。

● **轮回与解脱的结局选择**

我们对面临着两种光芒选择的亡灵要作以下提示：

(1)向往强烈的智慧之光

此刻，要相信清晰、明亮、耀眼的智慧黄光，这道光是宝生如来在中阴危险路程中前来保护亡灵的，是宝生如来的慈悲前来牵引亡灵的光芒，请亡灵认真体认其中所散发的智慧，并在心中祈祷“这是来自圣尊宝生如来的慈悲光芒，我愿在它之下获得保护。”亡灵只要放松心情，让心灵安住于其中，就会逐渐体悟到这些光芒实际是来自于自己纯净的内心，当亡灵得到证悟之后，所有的光芒将共同出现在眼前，亡灵将获得彻底的解脱。

(2)离弃柔和的恶业之光

不要被来自人道的柔和蓝光所吸引，也不要对它心生向往，因为它将使亡灵再次投生人界，继续经受痛苦的折磨。请不要受无明的蒙蔽而执迷不悟，不要走上这条危险的路径，请亡灵坚决地离弃它。

(3)按照以下偈文专心祷告，使神识融入圣尊宝生如来与佛母玛玛基的心中：

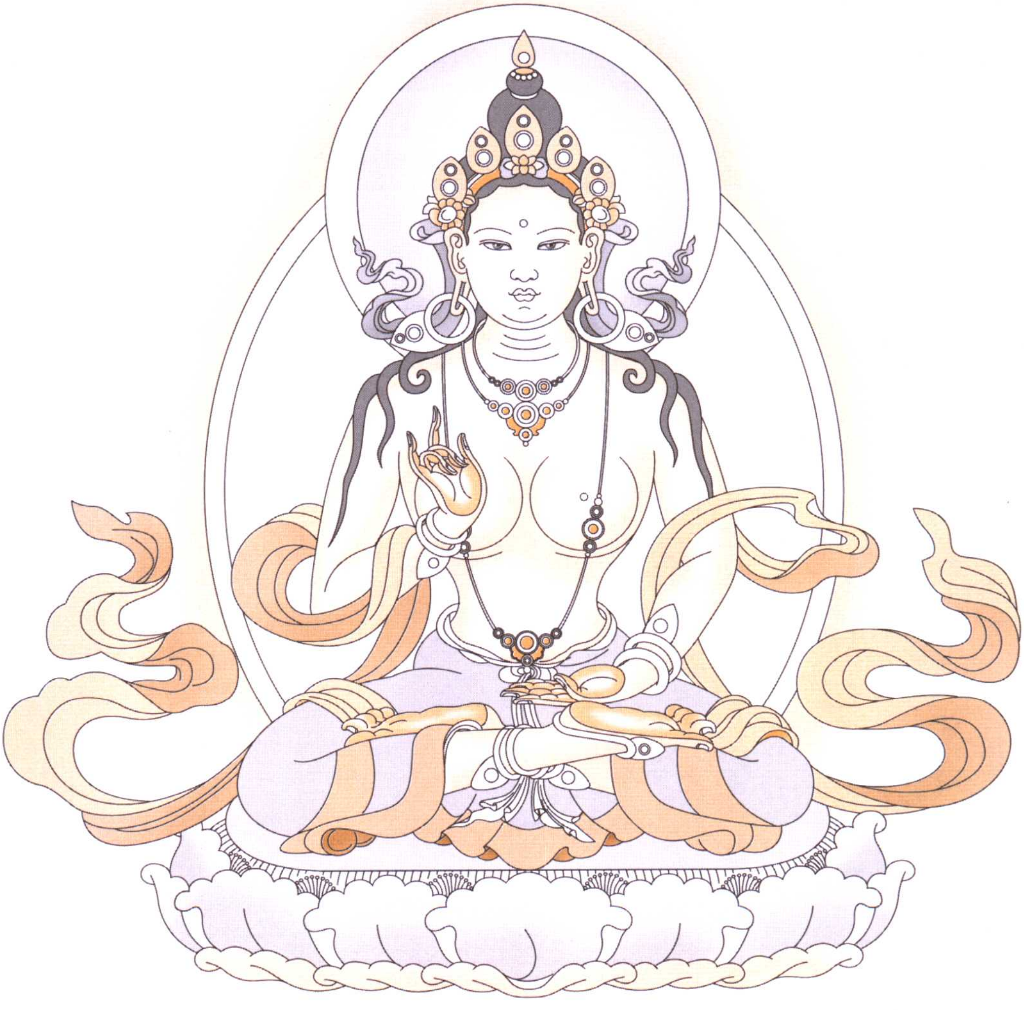
因为强烈的傲慢积习，使得我在轮回中迷离，在平等性智光引领的明亮路上，愿圣尊宝生如来护佑在我之前，愿佛母玛玛基护佑在我之后，帮助我跨越中阴的危险路程，引导我前往圆满的佛陀境域。

佛母玛玛基

(1) 佛母玛玛基的梵语是Mamaki。

(2) 佛母玛玛基是代表整个西藏的度母，根据一本经典“摄法”，共有四位女神，其中的一位就是玛玛基女神。

(3) 她的黄色身躯对应于四大中的地大。





四位随侍菩萨

虚空藏菩萨（象征虚空孕藏）

虚空藏菩萨，梵语Akasagarbha，是虚空的子宫或虚空的母体，也就是在虚空中孕育，所以被译为虚空藏菩萨，说明包藏一切的功德如虚空般。据说这位菩萨经常住在一个称为“香积世界”的地方，他的智慧深广如同虚空一般的广大。



普贤菩萨（象征实践）

普贤菩萨，梵语Samantabhadra，意思是指“一切都是美好”。普贤菩萨以意志力坚强出名，只要立志想做的事，就会尽一切努力去实行，是菩萨中最伟大的实行家。不过，许多人经常将普贤菩萨误为普贤如来王，认为是相同的一位主尊，这样的错误经常出现在许多汉译的佛教典籍。



念珠菩萨（宝饰化身）

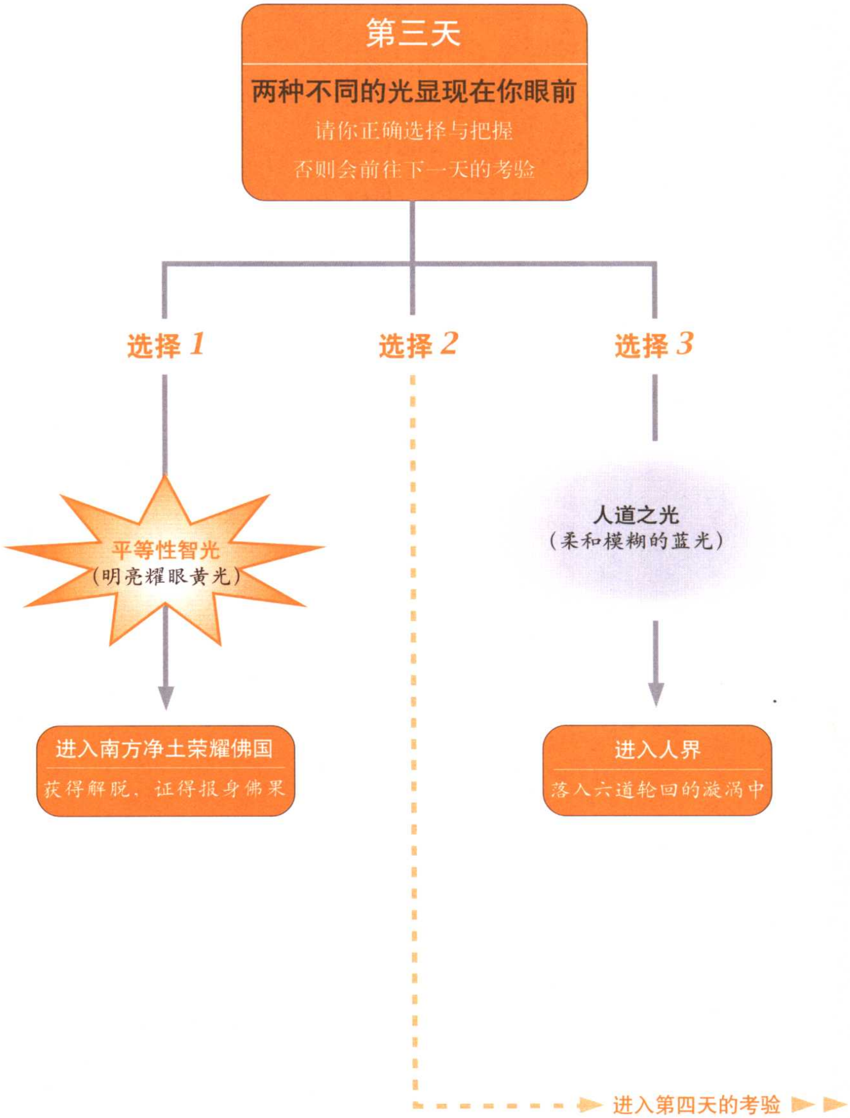
念珠菩萨，梵语Mala，原意是指持念珠的女性菩萨。象征色彩是黄色，代表的是大地或者是土壤的光泽。她也是宝饰菩萨的代表，随身穿戴项链与花环。



持香菩萨（香气化身）

持香菩萨，梵语Dhupa，原意是持香的女性菩萨。如同念珠菩萨，她的象征色彩也是黄色。持香菩萨是代表大气、香气与气味的女神，随身携带香，四处燃烧产生香气。

法性中阴的第三天


第三天
两种不同的光显现在你眼前
请你正确选择与把握
否则会前往下一天的考验
选择 1
选择 2
选择 3
平等性智光
（明亮耀眼黄光）
人道之光
（柔和模糊的蓝光）
进入南方净土荣耀佛国
获得解脱，证得报身佛果
进入人界
落入六道轮回的漩涡中
进入第四天的考验

【双修】

藏传佛教作为佛教的一支，其追求的终极目标与其他教派并没有什么不同，但与被称为“显教”的汉地佛教相比，显教以理论探索为主，而藏传佛教以密教为精髓，以高度组织化的咒术仪礼、俗信为其主要特征，宣传口诵真言咒语(语密)、手结印契（身密）和心作观想(意密)三密相结合的修行方式。

欢喜佛供奉在密宗是一种修炼的“调心工具”和培植佛性的“机缘”。宗喀巴大师说：“调心要令信所缘”，对着欢喜佛“观形鉴视”，渐渐习以为常，多见少怪，欲念之心自然消除。佛教教义是“色即是空，空即是色，色不异空，空不异色”，利用“空乐双运”产生了悟空性，达到“以欲制欲”之目的。明王那些凶恶的面目不仅是用来吓退外界的妖魔的，更主要的是可以用来对付自身，对付内孽障的。而与这些看似残暴的明王合为一体的妩媚多姿的明妃，是明王修行时必不可少的伙伴。她在修行中的作用以佛经上的话来说，叫做“先以欲勾之，后令入佛智”，她以爱欲供奉那些残暴的神魔，使之受到感化，然后再把他们引到佛的境界中来。

性修炼功法要有一定条件，要扎扎实实地按藏密章法修炼脉气，一是男女双方不追求普通人要追求的性感；二是男女双方功力要相当；三是男女双方不能与多人乱修，要保气的纯度；四是必须上师口授咒语进行双修。其功法以内因为主，借助外力，修直中脉，达到佛位。在男女双修过程中，主要产生特别强烈而持久的性感，此时不排精卵，而将精卵化成气和神，并以精气神在转化过程中所产生的特别而持久的性感去调动男女双方全身阴阳之气，这阴阳二气合力可修直中脉。通过脉气修炼使左右二脉，采地之阴气以补阳，用中脉采天之阳气以补阴，利用补气一呼一吸使内气达到天人合一。又因烦恼、习气积聚在身体里，致三脉在顶、眉、喉、心、脐、生殖和海底等七轮互相缠绕，形成“脉结”从而阻止了气入中脉，这是导致身心疾病的总根源，长期修炼发动中脉分层次依存的顶轮，眉间轮、喉轮、心轮、脐轮、生殖轮、海底轮与火脉、灵脉、开五眼、通六神，冲开结，使气脉通畅，使人精力充沛，心灵升华，达到大彻、大悟、大觉，始成佛，产生各种智慧，能预知世间事理，联系宇宙信息，“法力无边”才能“普度众生”。

第四天的幻相

与阿弥陀佛父佛母相遇

在慈悲光芒的召引之下，因为恶业的积累以及心中对于外物的执著和迷恋而仍然无法获得觉悟的亡灵将继续接受第四天幻相的考验。

● 法性中阴第四天的幻相构成

显现的神祇(共6位)	佛父佛母：阿弥陀佛、白衣佛母 两位男性菩萨：观音菩萨、文殊菩萨 两位女性菩萨：持琴菩萨、持灯菩萨
四大与五蕴	四大：火大 五蕴：想蕴
显现的光芒	智慧的光芒：红色，明亮耀眼的妙观察智光。 恶业的光芒：黄色，温柔模糊的饿鬼道之光。
亡灵的选择	1、获得解脱，证得报身佛果，并安住在西方净土极乐世界。 2、堕入饿鬼道，继续轮回。 3、继续经历第五天的考验。

● 阿弥陀佛与白衣佛母现身

法性中阴的第四天里将会显现来自西方净土极乐世界的圣尊阿弥陀佛与白衣佛母，《中阴闻教救度大法》里这样描述神祇现身时的景象：整个虚空闪耀着红色的光芒，它来自于纯净的“火”元素。红色身躯的阿弥陀佛，拥抱着白衣佛母，手持莲花，骑乘着孔雀。在他的身旁有四位菩萨相伴，分别是观音菩萨和文殊菩萨两位男性菩萨与持琴菩萨和持灯菩萨两位女性菩萨。六位菩萨从彩虹的光轮中现身出来。

● 智慧之光与恶业之光显现

(1) 智慧之光

法性中阴的第四天里将会显现的智慧之光是妙观察智光 (the wisdom of discrimination)，它呈现明亮、耀眼的红色。《中阴闻教救度大法》中这样描述：在想蕴的根本纯净中，散射出一道红色的光线，周围点缀着圆环光盘。它是由佛父阿弥陀佛如来与佛母的心中发射出来的，明亮、耀眼的妙观察智光，它将强烈刺痛您的眼睛，使您难以承受，无法正视。



宇宙西方的佛陀：阿弥陀佛

阿弥陀佛是位居宇宙西方的佛陀，拥抱白衣佛母，周围跟着四位菩萨，分别是：①观音菩萨；②文殊菩萨；③持灯菩萨；④持琴菩萨。

阿弥陀佛



Amitabha

无限量光

阿弥陀佛——散发无限光亮

(1) 阿弥陀佛的梵语是 Amitabha。

(2) 负责统御五部中的莲花部，位居西方象征五智中的妙观察智，这种智慧可以克服贪欲所带来的累世积习。

(3) 无量寿佛是阿弥陀佛的另一种形式，其梵名是 Amitayus，意思是无限量寿命、无量寿。

(4) 阿弥陀佛原意为无限量光，所以代表空间无限；而无量寿佛代表时间无限。

辨认特征

1 红肤

代表克服贪欲。

2 持印

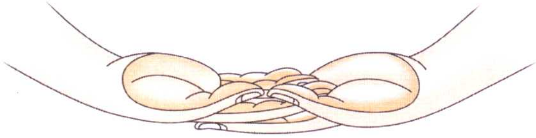
禅定印，象征禅思悟道。

2 持物

瓶口钵（阿弥陀佛）
宝瓶（无量寿佛）

3 坐骑

孔雀


禅定印


孔雀

宝瓶

瓶口钵

(2) 恶业之光

与妙观察智光相伴显现的是来自饿鬼道的柔和黄光。《中阴闻教救度大法》中这样描述：同时，另一道来自饿鬼道的柔和黄光也会在您面前显现。由于您的执著心至今无法放下而对您产生蒙蔽，您会感到害怕妙观察智光的强烈光芒，而对柔和模糊的饿鬼道之光产生喜爱之情。

● **轮回与解脱的结局选择**

我们对面临着两种光芒选择的亡灵提示如下：

(1)向往强烈的智慧之光

此刻，要相信光辉、明亮、耀眼的智慧红光，这道光是阿弥陀佛在中阴危险路程中前来保护亡灵的，是阿弥陀佛的慈悲前来牵引亡灵的光芒，请认真识认其中所散发的智慧，并在心中虔诚祈祷："这是来自圣尊阿弥陀佛的慈悲光芒，我愿在它之下获得保护。" 亡灵只要放松心情，让心灵安住于其中，就会逐渐领悟到这些光芒实际是来自于自己纯净的内心，当亡灵得到证悟之后，所有的光芒将共同出现在眼前，亡灵将获得彻底的解脱。

(2)离弃柔和的恶业之光

不要被来自饿鬼界的柔和黄光所吸引，也不要对它心生向往，因为它将领惑亡灵堕落到万劫不复的饿鬼界，经历可怕的饥饿和口渴的折磨。请不要受贪婪的蒙蔽而执迷不悟，不要走上这条危险的路径，请亡灵坚决地离弃它。

(3)按照以下偈文专心祷告，使神识融入圣尊阿弥陀佛与白衣佛母的心中：

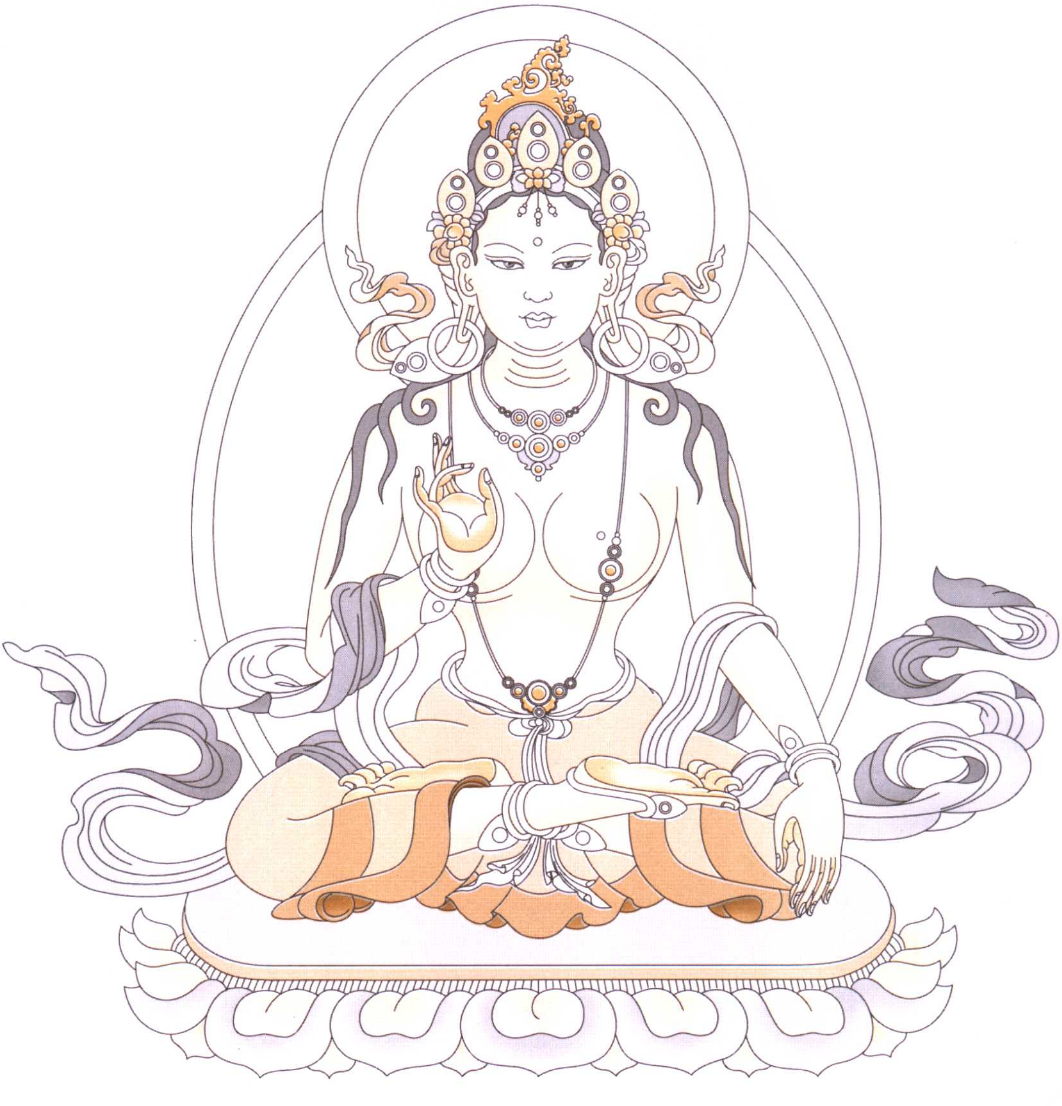
因为强烈的贪欲积习，使得我在轮回中迷离，在妙观察智光引领的明亮路上，愿圣尊阿弥陀佛来护佑在我之前，愿白衣佛母护佑在我之后，帮助我跨越中阴的危险路程，引导我前往圆满的佛陀境域。

白衣佛母

(1) 白衣佛母的梵名Pandaravasini，意思是指穿着白衣（Pandara）的佛母，简译为白衣佛母。

(2) 据说她是居住在白色的莲花之中。

(3) 她是阿弥陀佛精神层面上的伴侣，与观音菩萨都是莲花部家族的重要成员。

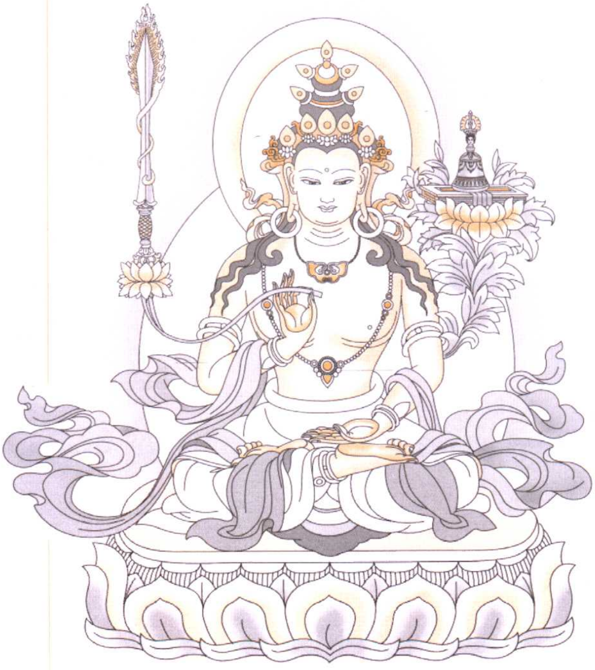


四位随侍菩萨



观世音菩萨（象征慈悲）

观世音菩萨，梵名Avalokitesvara，是慈悲神祇的象征。形式多样，在中国观音多属女相，于印度和西藏地区观音则为男相。无论性别为何，观音菩萨都是一位面带慈悲容颜的神祇。



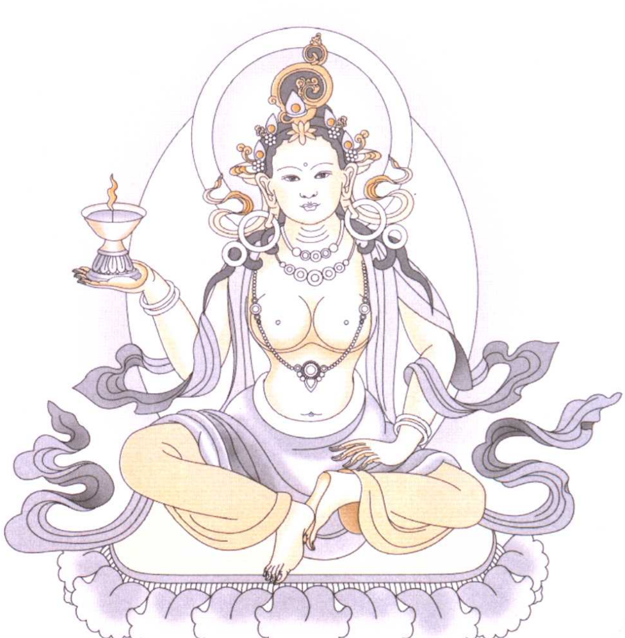
文殊菩萨（象征智慧）

文殊菩萨，梵名Manjusri。由于他是大日如来的化身形象，所以肤色为白。文殊菩萨被视为密教中智慧神祇的代表，与象征慈悲的观音菩萨相提并论。其重要的识别物是一把斩断愚痴的智慧剑，与一本放在莲花之上的般若波罗密多心经。



持琴菩萨（音乐化身）

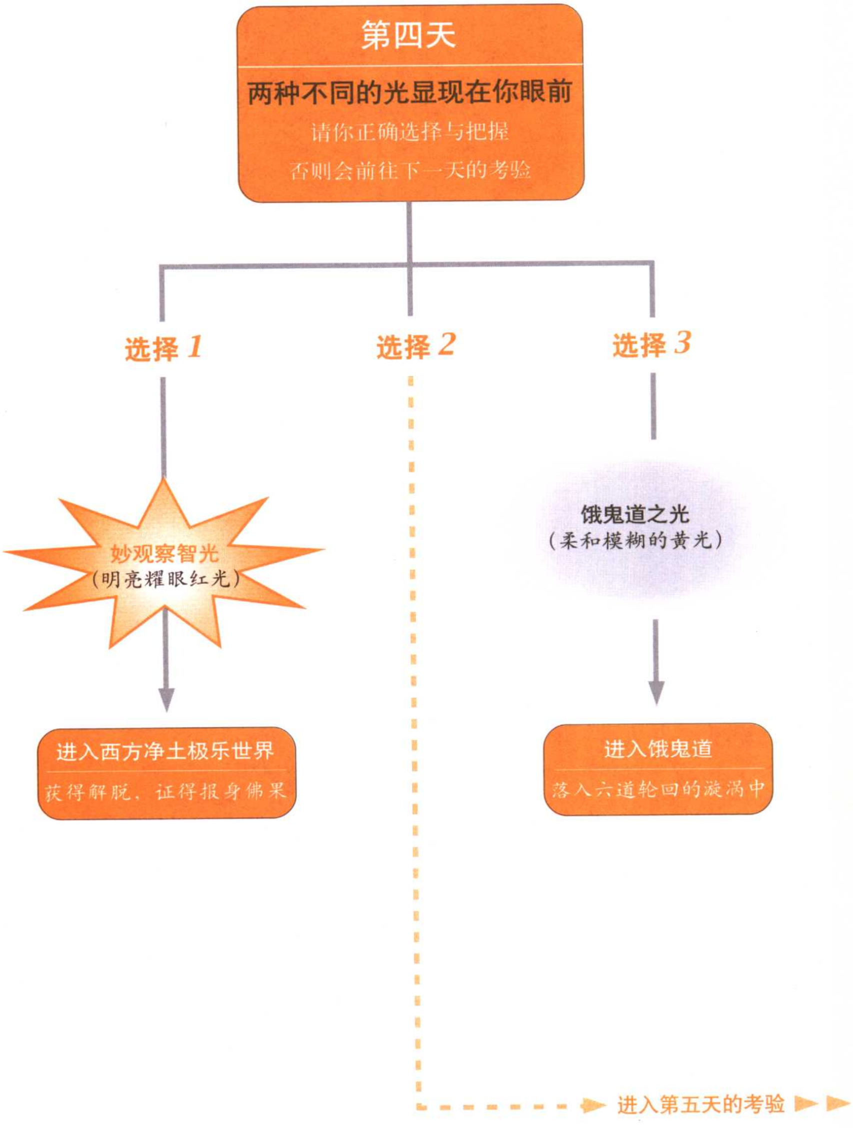
持琴菩萨，梵名Gita，她是音乐与诗歌的化身，常见手握着一把琴，是代表歌唱吟咏的菩萨。



持灯菩萨（光明化身）

持灯菩萨，梵名是Aloka，她是光明的化身，常见的形象是手捧一盏灯（或火炬）散放无限量的白光。其象征色彩是与“火大”密切相关的红色。

法性中阴的第四天


第四天
两种不同的光显现在你眼前
请你正确选择与把握
否则会前往下一天的考验
选择 1
选择 2
选择 3
妙观察智光
（明亮耀眼红光）
饿鬼道之光
（柔和模糊的黄光）
进入西方净土极乐世界
获得解脱，证得报身佛果
进入饿鬼道
落入六道轮回的漩涡中
进入第五天的考验

【梵文】

梵文，不仅是印度的古典语言，也是佛教的经典语言。

梵语最初是雅利安人的吠陀经典使用的语言，故又称“吠陀梵语”。印度的梵语大致是公元前2000年因为雅利安文明的入侵由西北传至印度的最古老的印度文献是《梨俱吠陀》，推断全部写成时期不晚于公元前六世纪，其全部是用一种古梵文写成。梵语属于印欧语系－印度－伊朗语族－印度－雅利安语支，最早的起源推断在公元前4000年甚至更早。梵语是印欧语系印度－伊朗语族印度语支的一种语言，是印欧语系最古老的语言之一。和拉丁文一样，梵语已成为了一种死语言。早期的梵语并没有一定的文字来表达，曾经用过的文字包括婆罗米文佉卢文、笈多文、悉昙文体等。到3世纪，天城体为梵文的位置才被确立。而天城体对藏文的构成有莫大的影响。

印度教经典《吠陀经》即用梵文写成。其语法和发音均被当作一种宗教仪式而丝毫不差地保存下来。19世纪时梵语成为重构印欧诸语言的关键语种。它被认为是梵天的语言。传至公元前四世纪，经语法学家波尔尼的组织整理而规范化，这种规范化的梵语便是“古典梵语”。原始佛教时期，佛教并无用文字记载的方式形成的佛经。当时所说的佛经，只不过是口头传诵的佛语而已。由于在封疆自立的众多邦国中，摩揭陀国的地域最广，国力最强，故在各地流行的方言中，摩揭陀方言(普拉克里特语)流传最广。释迦牟尼传教时使用的也是摩揭陀方言，同时，他也允许各地弟子使用本地的方言进行传诵。部派佛教时期，各部派都用所在地区的方言诵持佛经。从阿育王时代起，佛教僧人也渐渐地用文字来记录口口相传的佛经，出现了若干种佛经的单本。但它们使用的不是标准的古典梵语，而是由古典梵语和摩揭陀方言混合而成的“混成梵语”(又称佛教梵语)。约在一世纪以后，部派佛教才渐次用混成梵语将本部派所传的口语三藏记录下来。二世纪初在贵霜王朝迦腻色迦王支持下举行的迦湿弥罗结集所勘定的三藏及其注释，可能也是用混成梵语写成的。

大乘佛教兴起以后，普遍采用较为纯正的梵语以写录自己的经典。梵文佛典起初是书写在贝多罗树叶上的，故又称“贝叶经”。佛教东传至中国与日本时，一同将佛教的咒语（日本称为真言）传至中日两国，而写咒语的文字多为悉昙体，所以中日两还流通着已经不用的悉昙体，作为表达梵言的文字。

第五天的幻相

与不空成就佛父佛母相遇

虽然慈悲的光芒不断在对亡灵进行召引，但是由于恶业的积累以及嫉妒之心的影响，有些亡灵仍然无法获得觉悟，他们将继续接受第五天幻相的考验。

● 法性中阴第五天的幻相构成

显现的神祇(共6位)	佛父佛母：不空成就佛、贞信度佛母 两位男性菩萨：金刚手菩萨、除盖障菩萨 两位女性菩萨：散香菩萨、持糖菩萨
四大与五蕴	四大：风大 五蕴：行蕴
显现的光芒	智慧的光芒：绿色，明亮耀眼的成所作智光。 恶业的光芒：红色，温柔模糊的阿修罗之光。
亡灵的选择	1、获得解脱，证得报身佛果，并安住在北方净土妙行成就佛国。 2、堕入阿修罗道，继续轮回。 3、继续经历第六天的考验。

● 不空成就佛与贞信度佛母现身

法性中阴的第五天里将会显现来自北方净土妙行成就佛国的圣尊不空成就佛与贞信度佛母，《中阴闻教救度大法》里这样描述神祇现身时的景象：整个虚空闪耀着绿色的光芒，它来自于纯净的“风”元素。绿色身躯的圣尊不空成就佛，拥抱着贞信度佛母，手持法器十字金刚杵，骑乘着大鹏金翅鸟。在他的身旁有四位菩萨相伴，分别是金刚手菩萨和除盖障菩萨两位男性菩萨，与散香菩萨和持糖菩萨两位女性菩萨。六位菩萨从彩虹的光轮中现身出来。

● 智慧之光与恶业之光显现

(1) 智慧之光

法性中阴的第五天里将会显现的智慧之光是成所作智光(action-accomplishing wisdom)，它呈现明亮、强烈的红色。《中阴闻教救度大法》中这样描述：在行蕴的根本纯净中，散射出一道绿色的光线，周围点缀着圆环光盘。它是由佛父不空成就如来与佛母的心中发射出来的，明亮、强烈的妙观察智光，它将强烈刺痛您的眼睛，使您难以承受，无法正视。



宇宙北方的佛陀：不空成就佛

不空成就佛是位居宇宙北方的佛陀，拥抱贞信度佛母，周围跟着四位菩萨，分别是：①金刚手菩萨；②除盖障菩萨；③散香菩萨；④持糖菩萨。

不空成就佛



Amoghasiddhi

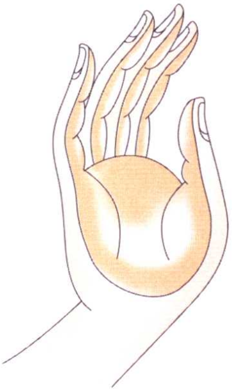
宝　　生

不空成就佛

不空成就佛

(1) 不空成就佛的梵语是Amoghasiddhi。

(2) 负责统御五部中的业部(Karma, 音译羯磨部), 位居宇宙的北方, 拥有五智中的成所作智(action-accomplishing wisdom)。



无畏印

辨认特征

1 绿肤

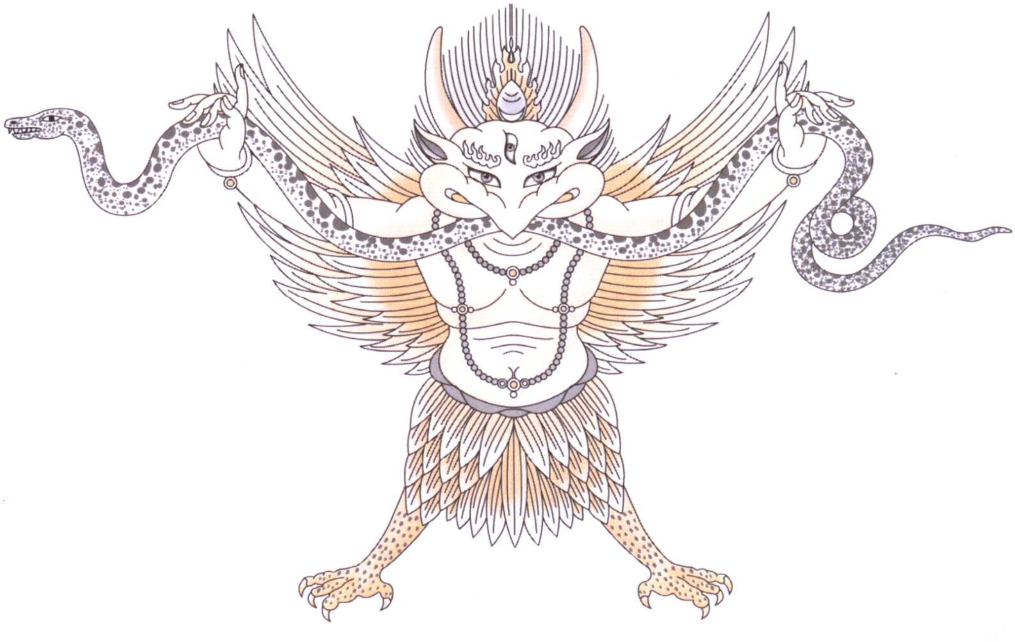
代表克除疑毒。

2 持印

无畏印, 象征不畏艰辛, 普度众生的决心。左手平放腿上, 右手举成无畏印。

3 坐骑

大鹏金翅鸟



大鹏金翅鸟

(2) 恶业之光

与成所作智光相伴显现的是来自阿修罗道的柔和红光。《中阴闻教救度大法》中这样描述：同时，另一道来自阿修罗道的柔和红光也会在您面前显现。由于您的嫉妒心所造成的影响，您会感到害怕成所作智光的强烈光芒，而对柔和模糊的阿修罗道之光产生喜爱之情。

● 轮回与解脱的结局选择

面临两种光芒的选择之时，亡灵应该尝试以下办法：

(1)向往强烈的智慧之光

此刻，要相信光辉、明亮、强烈的智慧绿光，这道光是不空成就佛在中阴危险路程中前来保护亡灵的，是不空成就佛的慈悲前来牵引亡灵的光芒，请亡灵认真领悟其中所散发的智慧，并在心中虔诚祈祷："这是来自圣尊不空成就佛的慈悲光芒，我愿在它之下获得保护。"亡灵只要放松心情，让心灵安住于其中，就会逐渐领悟到这些光芒实际是来自于自己纯净的内心，当亡灵得到证悟之后，所有的光芒将共同出现在眼前，亡灵将获得彻底的解脱。

(2)离弃柔和的恶业之光

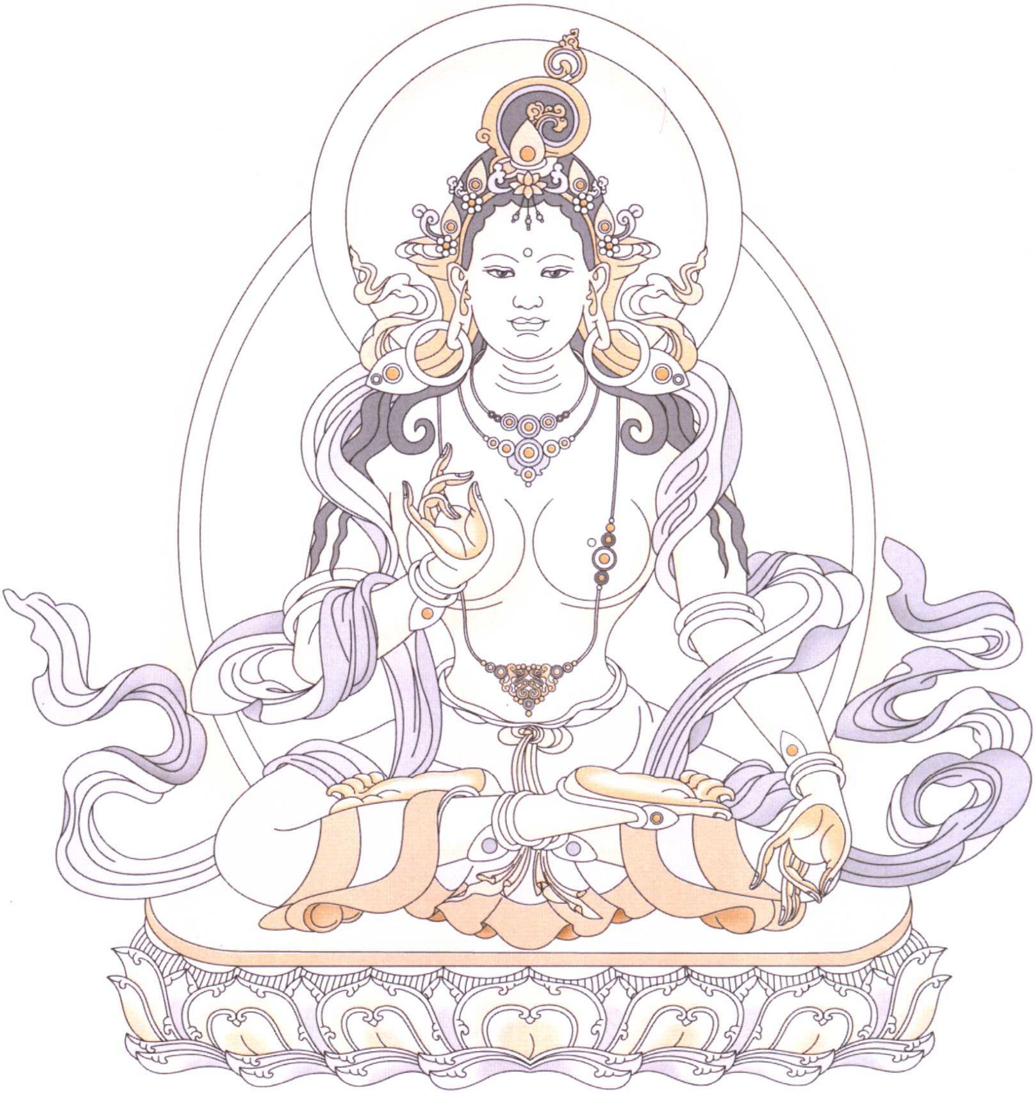
不要被来自阿修罗界的柔和红光所吸引，也不要对它心生向往，因为它将诱惑亡灵堕落到阿修罗的世界中，饱尝争斗之苦。请不要受嫉妒之心的影响，要舍离爱憎，不要走上这条危险的道路，请亡灵坚决地离弃它。

(3)请亡灵按照以下偈文专心祷告，使神识融入不空成就佛与贞信度佛母的心中：

因为强烈的嫉妒积习，使得我在轮回中迷离，在成所作智引领的明亮路上，愿圣尊不空成就佛护佑在我之前，愿贞信度佛母护佑在我之后，帮助我跨越中阴的危险路程，引导我前往圆满的佛陀境域。

贞信度佛母

贞信度佛母梵名Samaya Tara，梵语直译是三昧耶度母，藏语为Dolma，是一位充满信心的佛母。



四位随侍菩萨



金刚手菩萨（象征伏恶）

金刚手，梵名是Vajrapani，有寂静的菩萨相貌与忿怒的护法相貌。手中握持金刚杵，故称金刚手菩萨。在密教的世界中，金刚手菩萨、观音菩萨、文殊菩萨被视为最重要的三尊菩萨，称为“三族姓尊”，是伏恶、慈悲、智慧三种力量的表现。



除盖障菩萨（除去障碍）

除盖障菩萨，梵名是Sarvanivarana-viskambhin，能除一切盖障的菩萨。盖障（遮蔽的障碍）有五：贪、嗔、痴、慢（傲慢）、疑除盖障菩萨的法相为金黄身躯，左手持如意幢，右手施与愿印。



散香菩萨（代表感知）

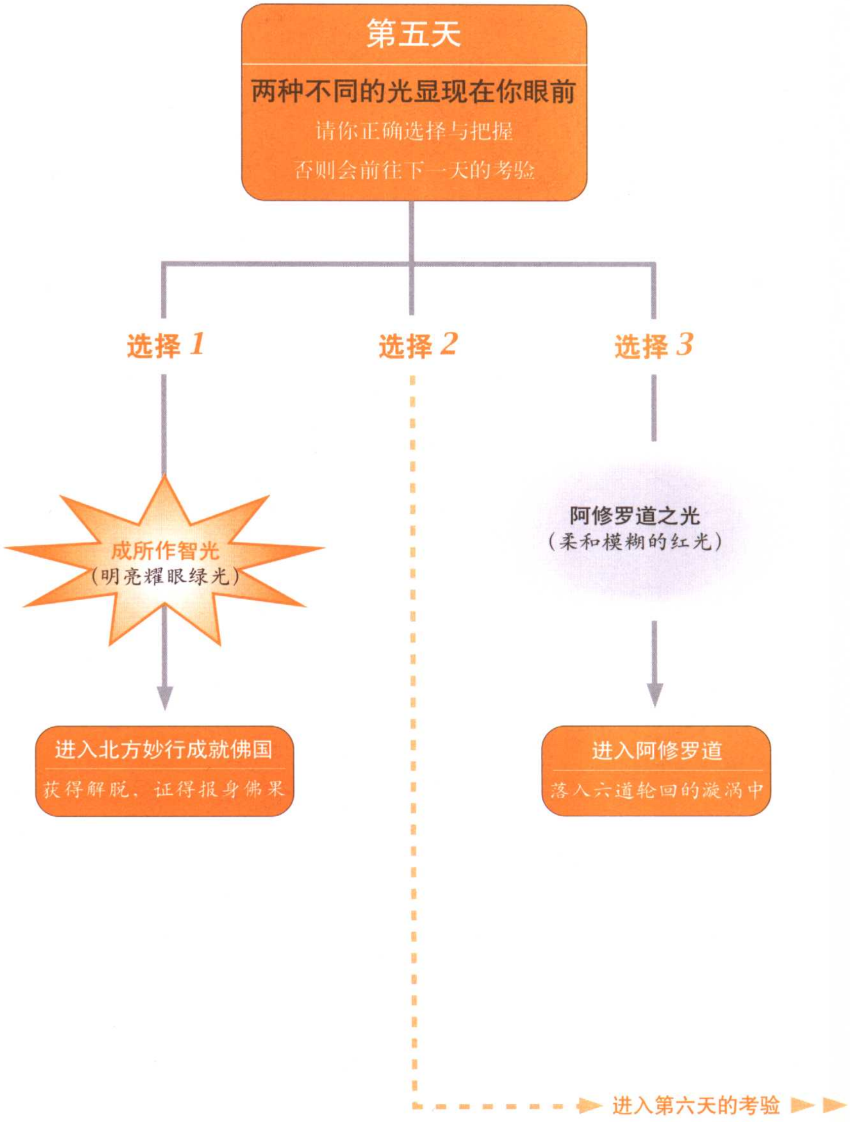
散香菩萨，梵名是Gandha，是印度教八大母神之一，梵名原意是指喷香的女神，在这里她的形象是手持贝壳，内盛草本植物制成的香水，是代表感知的女性神祇。



持糖菩萨（象征供养）

持糖菩萨，梵名是Naivedya，她与散香菩萨都是印度教的女神。在佛教中持糖菩萨是供养女神，是庙宇供桌上供品（特别是指食物）的拟人化神祇。持糖菩萨负责提供观修时需要的滋养，是成就熟练的必需品。

法性中阴的第五天


第五天
两种不同的光显现在你眼前
请你正确选择与把握
否则会前往下一天的考验
选择 1
选择 2
选择 3
成所作智光
（明亮耀眼绿光）
阿修罗道之光
（柔和模糊的红光）
进入北方妙行成就佛国
获得解脱、证得报身佛果
进入阿修罗道
落入六道轮回的漩涡中
进入第六天的考验



【佛塔】

佛塔，藏语称为“确顶”，属佛教建筑物。蕴含积高天之洁白，堆佛地之净土，收高僧之遗骨，藏大德之宝物．驱外道之邪气，佑众生之情意。

藏传佛教宝塔，用材有金、银、铜、玉、石、木、土、骨等。供奉在佛堂内的大都是金、银、铜、玉、木、骨等结构的中小型塔。建在室外山顶、路旁、原野和城镇附近的大都为土木或土、石、木结构的塔，形制较大，有的还盖了砖瓦加以保护。

佛塔的形态各种各样。依地、水、火、风、空等五轮组成。但无论是何种形态的塔，均由塔基、塔身、宝瓶、塔颈、塔顶等部分组成。塔基、塔身有四方形、圆形、多角形几种．以阶梯层层向上垒筑，逐渐收拢；塔宝瓶大都为圆形，正有神龛，有些配有“十相自在”图；塔颈一般用13块圆形泡石相串，代表佛祖修成正果的13个阶段，即13天相轮，层层向上，依次收拢；塔顶则由日月星组成；塔身一般为白色、也有红、黄、黑、绿色的，以白色居多。塔内藏佛像、佛经、贵重财物、五谷等加持物。佛塔表义可分为四重：1、保存舍利，供人礼拜；2、表佛之色身与大悲意；3、表三界：塔瓶表欲界；塔颈表色界；其上表无色界及空大；4、表37道品等共60名数。

藏式佛塔是随着佛教的传入而产生的，距今约有2800年的历史。

藏传佛教史上的第一座剃度僧人出家的寺院——桑耶寺，主殿四角分别建有红、绿、黑、白四座佛塔。

自塔即大菩提塔，此塔以狮装饰，塔身方形，腰部以上逐层收分如梯层，上有覆钵形塔腹，覆体扁平宽大，无龛门。宝刹上置17环相轮而不分级。红塔形方而实圆，其上饰以莲花，状如覆钟。腰部以上呈环状级，上部为覆，钵形塔腹，宝刹之上置两段相轮，上为7环，下为9环。黑塔以如来佛之遗骨为饰物，黑塔身如三叠覆锅，刹盘上托宝剑，第二级相轮7环，上即瓶盖和宝珠。绿塔以16门为饰物，绿塔构形较复杂，它平面呈四方多角形，塔基很高，沿数级座阶而达第一层，四面各有龛室三间，内有塑像，每面都有明梯通往二层，二层每面只有龛室一间，亦各有塑像。第三层为覆钵形的塔身，上置相轮宝刹，刹身很高，相轮分为三级，第一级自方形托盘上置相轮九环，中间一段为第二级，有相轮7环，第三级有相轮5环，伞盖上承托宝瓶和宝珠。四塔造型完美，构十分坚固，白塔、红塔、黑塔都用石料和条砖砌成。

第六天的幻相

寂静诸尊的显现

进入法性中阴的第六天，之前曾逐一显现的寂静诸尊与几位忿怒面容的护法守门神将一齐显现在亡灵的面前。

法性中阴第六天的幻相构成

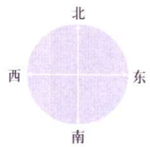
显现的神祇（共42位）	佛父佛母：10位 男性菩萨：8位　女性菩萨：8位　本初佛父与佛母：2位 六道佛：6位　男性守门忿怒尊：4位　女性守门忿怒尊：4位
四大与五蕴	无
显现的光芒	智慧的光芒：42位圣尊一起放射光芒。 恶业的光芒：六道的虚幻光线。
亡灵的选择	1、获得解脱，证得报身佛果，并安住在五方佛的净土。 2、堕落到六道之中，继续轮回。 3、继续经历第七天的考验。

42位圣尊一起现身

进入法性中阴的第六天，42位圣尊将在一片绚烂的光芒中，伴随着音乐共同显现在亡灵的面前，景象颇为绚丽壮观。其中包括五方佛家族成员、四位男性忿怒相守门圣尊、四位女性忿怒相守门圣尊、六道圣尊以及本初佛双身像，他们分为五组陆续显现。42位圣尊一起现身正是要尽最大努力引导亡灵脱离苦海，

五方佛部

第六天，五方族部将一起显现于亡灵面前，同时伴随四种智慧的光芒。四大(地、水、火、风)清净元素将于此刻一起散放四色光芒。大日如来与伴偶金刚虚空佛母显现于中央佛国(the All-pervading Circle)。金刚萨埵阿閦如来与伴偶佛眼佛母、随侍菩萨，一起显现于东方妙乐佛国(the Realm of Complete Joy)。宝生如来与伴偶佛母玛玛基、随侍菩萨，一起显现于南方荣耀佛国(The Glorious Realm)。阿弥陀佛与伴偶白衣佛母、随侍菩萨，一起显现于西方极乐世界(The Blissful Realm of Lotuses)。不空成就佛与伴偶贞信度佛母、随侍菩萨，一起显现于虹光围绕的妙行成就佛国(the Realm of Perfected Actions)，详见右页。





北方妙行成就佛国

不空成就佛



西方净土极乐世界

阿弥陀佛



中央遍及一切净土

大日如来



东方妙乐佛国

金刚萨埵阿閦如来



南方净土荣耀佛国

宝生如来

获得解脱。亡灵一定要了解这些圣尊都是来自于自己的内心，是亡灵纯净的本心自性的反映。成组的五方族部各有不同的饰物、服饰、颜色、手印、坐骑与象征物。五方族部成对，外面环绕着五色明光，他们一起显现构成壮观的曼荼罗世界。请亡灵务必要分清他们的特征，识认他们是自己的本尊守护神。

● 智慧之光与恶业之光显现

(1) 智慧之光

法性中阴第六天里显现的智慧之光，由四组光芒组成，并且会带给亡灵四种智慧契合的体验。这四组光芒同样也分别是从五方族部诸佛的心中发出，它们将在亡灵的心中纯净地闪耀。四组光芒分别是：

第一道，法界体性智所散发的白色光芒，它是从大日如来的心中射出，照耀在亡灵的心上。这道白色的光芒呈现出圆环的形状，仿佛一面明亮的镜子朝下反射着光辉。它的四周还有五个同样的圆环光盘环绕，而每个光盘的四周又环绕着更小的光盘，整个法界智光就是这样无穷无尽，明亮而又耀眼。

第二道，大圆镜智所散发的蓝色光芒，它是从金刚萨的心中射出，照耀在亡灵的心上。这道蓝色光芒的外观仿佛朝下放置的蓝绿色的圆碗，在它的四周也同样环绕着五个圆环光盘和无数个更小的圆环光盘。

第三道，平等性智所散发的黄色光芒，它是从宝生如来的心中射出，照耀在亡灵的心上。这道黄色光芒的外观仿佛朝下放置的金黄色的圆碗，在它的四周也同样环绕着五个圆环光盘和无数个更小的圆环光盘。

第四道，妙观察智所散发的红色光芒，它是从阿弥陀佛的心中射出，照耀在亡灵的心上。这道红色光芒的外观明亮清晰，仿佛朝下放置的珊瑚色的圆碗，在它的四周也同样环绕着五个圆环光盘和无数个更小的光盘，无穷无尽。

除了显现出来的四道光芒以外，还应该有一道成所作智的绿色光芒，但是由于亡灵的智慧还没有完全开悟，所以这一道光芒将无法显现。

读诵者这时候应该告诉亡灵，这些光芒并不是从外界产生，而是自己纯净的内心的呈现，所以要平静地安住在这些光芒之中，不要迷恋或恐惧。亡灵将在这种安住的状态下融入智慧的光芒之中，并从中获得一种被称为“四智慧契合”的感受，这四种智慧就是已在亡灵心中显现出来的法界体性智、大圆镜智、平等性智以及妙观察智。

(2) 恶业之光

第一道：来自天道的柔和的白光。

第二道：来自阿修罗道的柔和的红光。

第三道：来自人道的柔和的蓝光。

第四道：来自畜生道的柔和的绿光，

第五道：来自饿鬼道的柔和的黄光。

第六道：来自地狱道的柔和的烟雾光。

● 轮回与解脱的结局选择

面对第六天色彩缤纷的各种光芒，亡灵要谨记以下办法：

(1) 向往强烈的智慧之光

首先应了解那些强烈耀眼的智慧之光乃是自己内心的显现。

其次要做到既不迷恋又不躲避，而是平静地安住于其中，并在这种状态下融入到智慧光芒之中，如此便可得到解脱。

(2) 领悟“四种智慧契合”

首先要忆念出以前读诵者的指导。然后亡灵将非常自信地识认出四种智慧相互契合就如同“老友相聚”，这些都是亡灵纯净心灵的反映，进而走入清净纯洁的法界真理世界。最后，亡灵在这种信任的情绪中将更加提升禅定的状态，最终融入一个独立的智慧形体，证得报身佛果。

(3) 离弃柔和的恶业之光

不要被来自六道的虚幻光芒所吸引，也不要对它心生向往，因为它将诱惑亡灵堕落到六道世界之中，请亡灵做到无念无想，并坚决地离弃它。

(4) 按照以下偈文虔诚祷告：

因为五毒(贪、嗔、痴、慢、疑)恶业，使得我在轮回中迷离，在四智(不包括成所做智)合一的明亮路上，愿五位胜利（这里指征服五毒的胜利)圣尊护佑在我之前，愿五位佛母护佑在我之后，解救我脱离不净光芒的六道途径，帮助我跨越中阴的危险路程，引导我前往纯净的五佛境域。

五方佛部的十六位菩萨

伏恶



金刚手菩萨

慈悲



观世音菩萨

智慧



文殊菩萨

虚空孕藏



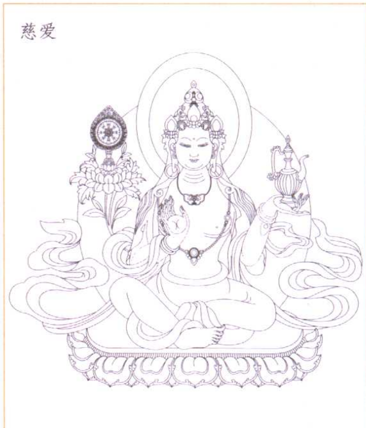
虚空藏菩萨



除盖障菩萨



地藏菩萨



弥勒菩萨



普贤菩萨

手持贝壳，内盛香水



散香菩萨

代表音乐与诗歌



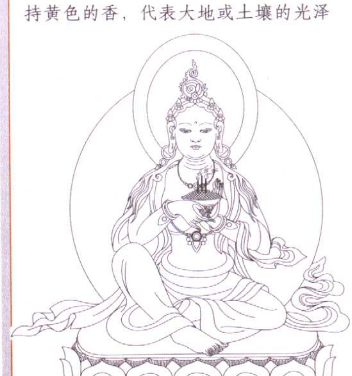
持琴菩萨

光明的化身



持灯菩萨

持黄色的香，代表大地或土壤的光泽



持香菩萨

象征桌上的供品



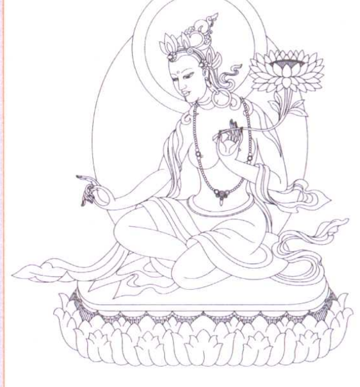
持糖菩萨

象征美



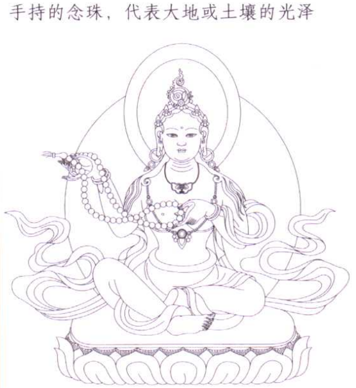
持镜菩萨

象征美



持花菩萨

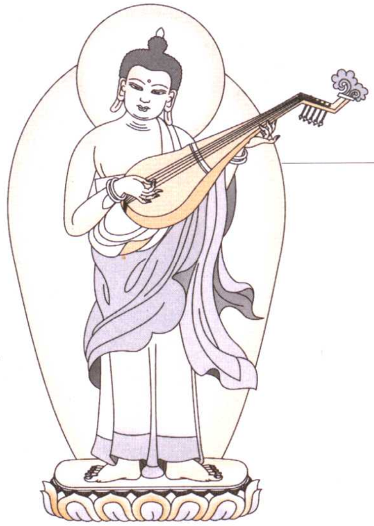
手持的念珠，代表大地或土壤的光泽



念珠菩萨

六道佛——守护亡灵的导师

当亡灵被上述的守门护法拦阻之后，将面对六道世界。在六道中都会有一位拥有智能的圣哲，是负责守护亡灵的导师，被尊称为六道佛。六道佛的一切景象都是由亡灵“心脏”的中央射出，关系于情绪、感情与欲念等三种心理活动。



百供因陀罗

Indra of the hundred sacrifices

白肤，手持乐器，象征擅长“艺术”与“技艺”，同时说明天道佛的生活“和谐愉悦”。



壮丽甲胄

Vemacitra,Splendid Robe

绿肤，手持刀剑，象征勇猛好斗的习性。



不动狮子

Dhruvasinha,Steadfast Lion

蓝肤，手持册书象征“修辞”与“智慧”，正是畜生所缺。



释迦狮子

the Lion of Sakyas

黄肤，手持锡杖与乞食的钵，说明佛陀在世的生活。



焰火之口者

Jvalamukha,Flaming Mouth

红肤，手持“如意宝（摩尼宝）”，“满足饿鬼的欲求”。



法　王

Dharmaraja,the Dharma King

暗色肤，手持“水”与“火”，作为“消灾”与“净化”。

五方佛部的四位男性守门圣尊

在五方佛的外围，出现了忿怒相的守门圣尊，总共有八位，分别是四位男性与四位女性。四位男性守门圣尊。



甘露明王 (Amrtakundali)

甘露是空性的象征，也是制伏死亡获取永生的宝药。甘露明王的职责是将一切化成甘露（空性），并提醒众生寻求死亡是无法获得解脱的。



马头明王 (Hayagriva)

观世音菩萨的忿怒相，不忍无明众生沉沦，纵身投入畜生道，灭伏一切鬼魅恶业。



阎曼德迦 (Yamataka,Destroyer)

死亡终结者，能够征服死亡意味着他可以终止轮回。



胜利明王 (Vijaya,the Victorious)

可以战胜一切邪魔，并获取智慧。

五方佛部的四位女性守门圣尊

在五方佛的外围，出现四位忿怒相的女性守门圣尊。



持铃铎女神 (Ghanta,the Bell)

若亡灵想以忿怒威吓他人，她会摇动手中的铃铎，让铃铎的声响压过忿怒的狂吼。她是北方男性守门甘露明王的伴侣。



持锁链女神 (Srnkhala,the Chain)

亡灵因欲念的驱使想要急速地逃跑，她会以锁链铐上亡灵的脚而无法逃跑。她是西方男性守门马头明王的伴侣。



持钩女神 (Ankusa,the Hook)

她会将因为业力作用而想要逃跑的亡灵钩住。她是东方男性守门胜利明王的伴侣。



持套索女神 (Pasa,the Noose)

当亡灵傲慢气息高涨，她会以套索将亡灵由头到脚捆绑住。她是南方男性守门阎曼德迦的伴侣。

第七天的幻相
诸持明主尊的显现

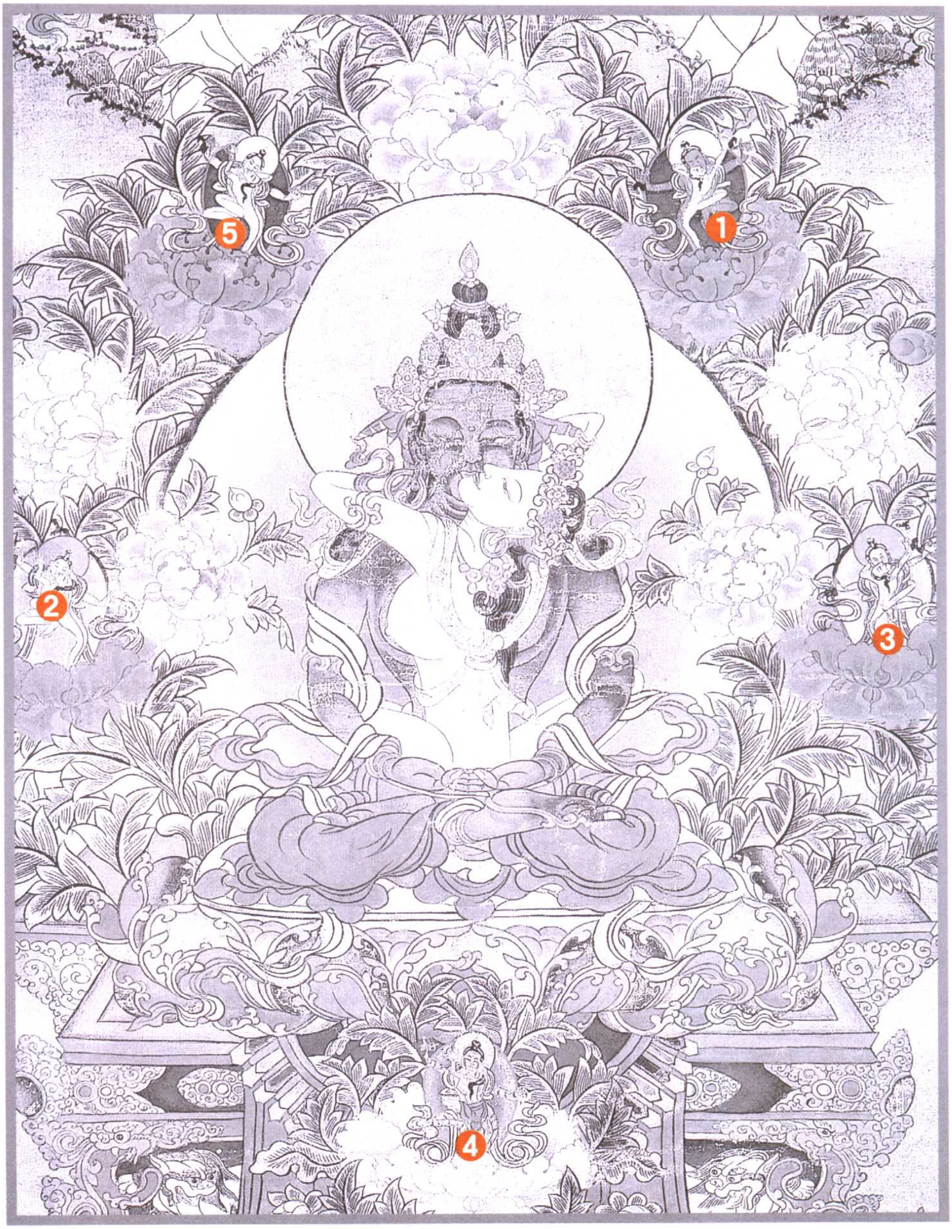
在法性中阴的第七天里，诸位寂忿面容的神祇将显现在亡灵的面前，包括10位持明主尊和诸位空行母、勇健男女、男女护法。这将是最后一天显现平和的幻影。

法性中阴第七天的幻相构成

显现的神祇(共42位)	持明主尊10位 (1)成熟业果无上持明主尊“莲花舞主尊”与伴偶“红色空行母” (2)“次第确立持明者”与伴偶“白色空行母” (3)“司寿持明者”与伴偶“黄色空行母” (4)“大手印持明者”与伴偶“红色空行母” (5)“自发升起持明者”与伴偶“绿色空行母” 五种型式的空行母(经文中并未提示准确数量) (1)八大灵塔空行母(2)四种姓空行母(3)三界空行母(4)十方空行母 (2)二十四朝圣之处空行母 无数量的勇健男、勇健女、男女护法
四大与五蕴	无
显现的光芒	智慧的光芒：10位双修的持明主尊一起放光，并伴随宇宙真理的实相巨响。 恶业的光芒：来自畜生道的虚弱绿光。
亡灵的选择	1、获得解脱，在持明主尊的协助下，前往到纯净的虚空净土。 2、堕落到畜生道，继续轮回。 3、继续经历第八天的考验。

持明主尊现身

法性中阴的第七天，持明主尊将在歌舞声中显现在亡灵的面前。持明主尊介于佛与神之间，是从亡灵的喉轮投射出来的。他手持金刚钺刀和盛血的人头颅钵，背后的虹光辉煌闪耀。在诸位空行母的簇拥之下，持明主尊跳着舞蹈，无数的勇健男、勇健女、男女护法吹奏着热闹的乐曲为他们伴乐。呈现在亡灵面前的，是一个华美壮观、热闹非凡的曼荼罗世界。



五位持明主尊

第七天将出现五组持明主尊，是介于寂静尊与忿怒尊之间的寂忿尊神祇，这是由密教上师所显现的神祇形态，是拥有智慧者，具有超凡力量，能在中阴险境护佑亡灵。她们分别是：①自发升起持明者；②大手印持明者；③次第确立持明者；④司寿持明者；⑤莲花舞主尊。

持明主尊的法相

(1) 持明主尊的梵语是Vidyadhara。

(2) 持明主尊是密教上师显现出的神祇形态，并具备宇宙相位的神奇力量，拥有超凡的法力，形象既威严又典雅。

(3) 持明主尊的面容介于寂静与忿怒之间，故称寂忿尊，是一种带着微怒或是生闷气的表情。

(4) 寂忿尊是从亡灵的喉咙部位散发出来的。

(5) 持明主尊的重要持物是金刚钺刀、盛血的人头颅钵。

Vidya | dhara

智慧或知识 | 持或拥有

持明尊者：拥有智慧者

(Knowledge Holder)



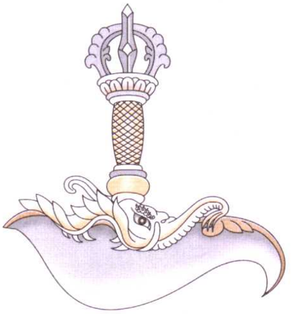
智慧之光、实相巨响与恶业之光的显现

进入法性中阴的第七天，亡灵的耳畔将响起巨大的声响，这是来自宇宙真理的声音。它声势浩大如雷鸣怒吼，其中夹杂着忿怒的咒语，以排山倒海的气势充斥于亡灵的耳畔。

(1) 智慧的光芒与实相的巨响

《中阴闻教救度大法》中这样描述：

尊贵的某某，在无意识的国度里，天生纯净的智慧，如五色光芒交错闪耀。它们将由五位持明主尊的心中射进您的心中。这光芒闪烁震动，清澈明亮，甚至强烈恐怖，使得您的眼睛难以承受。同时，代表宇宙真理的“法尔实相”(意指天然的、自然的、不待造作的实相)将产生巨大声响，如千雷齐吼。



金刚钺刀



人头颅钵

持物辨识

1 金刚钺刀

梵语Kartrika，其中一端是半截金刚杵，另一端则是微弯钺刀，是斩断恶业分别妄念的密教法器，经常与法器人头颅钵并列使用。

2 人头颅钵

梵语 kapala，经常被音译为嘎巴拉，是密教重要的法器之一，以人头盖制成的钵，其功用在于克除有形或无形的障碍魔怨。这是护法或本尊守护神的重要持物之一。钵中如果盛血是象征舍弃生命，盛甘露则是象征智慧。

(2) 恶业之光

与智慧的光芒巨响相伴显现的是来自畜生道的柔和绿光。由于虚妄业力的作用，亡灵会感到害怕智慧的五色强光，而对柔和的畜生道之光产生喜爱之情。而这种柔和绿光实际上乃是无明之光，将迷惑亡灵堕入痛苦凄惨的畜生道，因此要坚决拒绝。

轮回与解脱的结局选择

在智慧的光芒、实相巨响和恶业的光芒面前，亡灵应采取以下措施：

(1)向往强烈的智慧光芒与实相巨响

对于明亮夺目的五色光芒以及夹杂着忿怒密咒的真理巨响，亡灵应该虔诚地向往，不必害怕，因为一切都是由亡灵纯净的内心所生，那是智慧的光芒和实相的巨响。

(2)离弃柔和的恶业之光

不要被来自畜生道的柔和绿光所吸引，也不要对它心生向往，因为它将诱惑亡灵堕落到愚昧的畜生界，生生世世受人奴役。请不要走上这条危险的路径，请坚决地离弃它。

(3)祈请天上的导师护佑

神圣的持明主尊就是亡灵在天上的导师，他们将指引亡灵脱离险境。因此，亡灵应该在明亮夺目的五色光芒中，虔诚地作以下祈祷：

这些持明本尊们与勇健男、勇健女以及众空行母一起前来邀约我，引领我前往纯净的虚空净土。但是，如我一般的有情众生因为没有累聚足够的福报，所以无法被接引。尽管到目前已经有五方族部的诸佛与菩萨，散发给我慈悲的明亮光芒，但我仍未获得解脱。可悲啊！愿所有的持明圣尊不要让我沉沦堕落，请以慈悲之钩紧抓住我，引领我到纯净的虚空净土。

(4)按照下面的偈文虔诚祷告，使自己的心识融入到持明主尊的心中：

愿诸位持明主尊以伟大的慈爱在路上指引我，因为恶业愚痴，使得我在轮回中迷离，在俱生智慧（即天赋的智慧）的明亮路上，愿诸位持明主尊与勇健男女们护佑在我之前，愿持明的伴侣与空行母们护佑在我之后，帮助我跨越中阴的危险路程，引导我前往纯净的虚空净土。

只要对智慧的光明诚心向往，专心祷告，无论生前善恶业力累积如何的人都将有希望获得解脱。请亡灵一定要抓住法性中阴前七天里平和显现的机遇，否则进入第八天后，眼前的幻相将变得狰狞恐怖，亡灵要想获得解脱将更加困难。

五组持明主尊

北
西 东
南

自发生起持明者
the Spontaneously Arisen Vidyadhara

特质：自然生起
绿色身躯拥抱绿色空行母共舞

北方自然生起

大手印持明者
the Great Symbol of Dance

特质：大手印
红色身躯拥抱红色空行母共舞

西方大手印

莲花舞主尊
the Lotus Lord of Dance

特质：成就发展圆满完备
达到无法超越的境界，主尊
拥抱红色空行母共舞

中央成熟业果

次第确立持明者
Established in the Stages

特质：成就已经到了完备阶段
白色身躯拥抱白色空行母共舞

东方圆满次第

司寿持明者
the Lord of Life Vidyadhara

特质：掌管生命
黄色身躯拥抱黄色空行母共舞

南方掌管生命



空行母

梵语
Dakinis
飞行于空中的女性神祇

(1) 空行母的梵名Dakinis，是密教中飞行于空中的女性神祇，可以作为女性的瑜伽行者。

(2) 她代表宇宙阴性法则的智慧，与象征慈悲的阳性法则结合，即为悲智合一。

五种空行母

在第七天出现的空行母，以群组的方式围绕在持明主尊的外围，但并未明确显示精确的数量。以其活动的世界，可分为五种形态：

八大灵塔空行母	八大灵塔：纪念佛陀一生重要事迹而建立的八个灵塔，分别是佛陀诞生的地方、成道处、转法轮的地方、现神通的地方、从忉利天下来的地方、度化分别僧的地方、思念寿量的地方、入涅槃的地方。
四种姓空行母	四种姓：印度自古以来的阶级制度，延续至今，分成：婆罗门（印度教最高神职人员）、武士、庶民、贱民。
三界空行母	三界：欲界、色界、无色界，分别是欲念的精神世界、具有形体的物质世界与没有形体的世界。
十方空行母	十方：虚空的十个方位，即东、西、南、北与四维（东北、东南、西北、西南）以及上、下。
二十四朝圣处之空行母	二十四朝圣处：密教经典大圆满与瑜伽母续提及二十四个适合瑜伽修行者禅定的地方。

勇健男女护法

“勇健男女”是密教中的男女勇士，是指一群与无明魔鬼奋战的英雄，是忿怒尊形象。“护法”是指保护佛法的神祇，多呈忿怒貌，是密教中一群面恶心善的怖畏神祇，其猛恶形象是用来象征法力与战胜愚昧无知。



(1) 勇健男、勇健女与所有的男女护法穿戴六种骨制装饰，携带大腿骨号角、人头颅鼓、人皮旗帜、人皮遮篷、人皮绳带、人脂香膏。
(2) 他们吹奏无数的各种乐器，响彻整个宇宙。摇摆颤动的声响令人头痛欲裂。
(3) 他们跳着舞蹈，一是前来接引戒律静定的修行者，二是前来惩罚堕落的恶徒。

第八天的幻相

大光荣赫怒迦佛父佛母的显现

从法性中阴的第八天开始，亡灵的面前将要陆续显现忿怒诸尊的形象。忿怒尊是从亡灵的脑中所投射的，而这时的光芒将从亡灵的发丝中投射出来。

法性中阴第八天的幻相构成

显现的神祇	大光荣赫怒迦佛父、大力忿怒佛母
亡灵的选择	1、领悟大光荣赫怒迦的本质，并与他融合，证得报身佛果 2、无法领悟他的本质，进入第九天的考验

大光荣赫怒迦佛父与大力忿怒佛母现身

赫怒迦(Heruka) 是密教中的大力士，佛陀借赫怒迦的形象展现大忿怒的行动，藉此来摧毁无明或无知。在《中阴闻教救度大法》里，赫怒迦就专门被用来指佛陀的忿怒化身。而藏语中也依据其外貌的特征将赫怒迦称为“饮血者”。赫怒迦是从亡灵的顶轮，也就是脑中投射而出的。在法性中阴的第八天里，大光荣赫怒迦(the Blessed Glorious Great Buddha-Heruka)将会现身在亡灵的面前。

轮回与解脱的结局选择

在令人怖畏的大光荣赫怒迦佛父面前，亡灵应采取以下措施：

(1) 亡灵应该提醒自己：眼前的大光荣赫怒迦佛父与大力忿怒佛母实际上只是大日如来与他的伴偶虚空佛母的化身，他们都是我的本尊守护神，所以我不需要对他们产生恐惧，更不能躲避他们。只要我能够体认出他们，那么我将获得永久的解脱。

(2) 当亡灵识认出大光荣赫怒迦佛父与大力忿怒佛母以后，将会立刻融入到他们的心中，证得“报身”佛果。

(3) 如果亡灵受强大的恶业影响而无法识认，将失去这次解脱的机会，继续接受第九天金刚部的饮血忿怒佛的考验。



赫怒迦——佛陀的忿怒化身

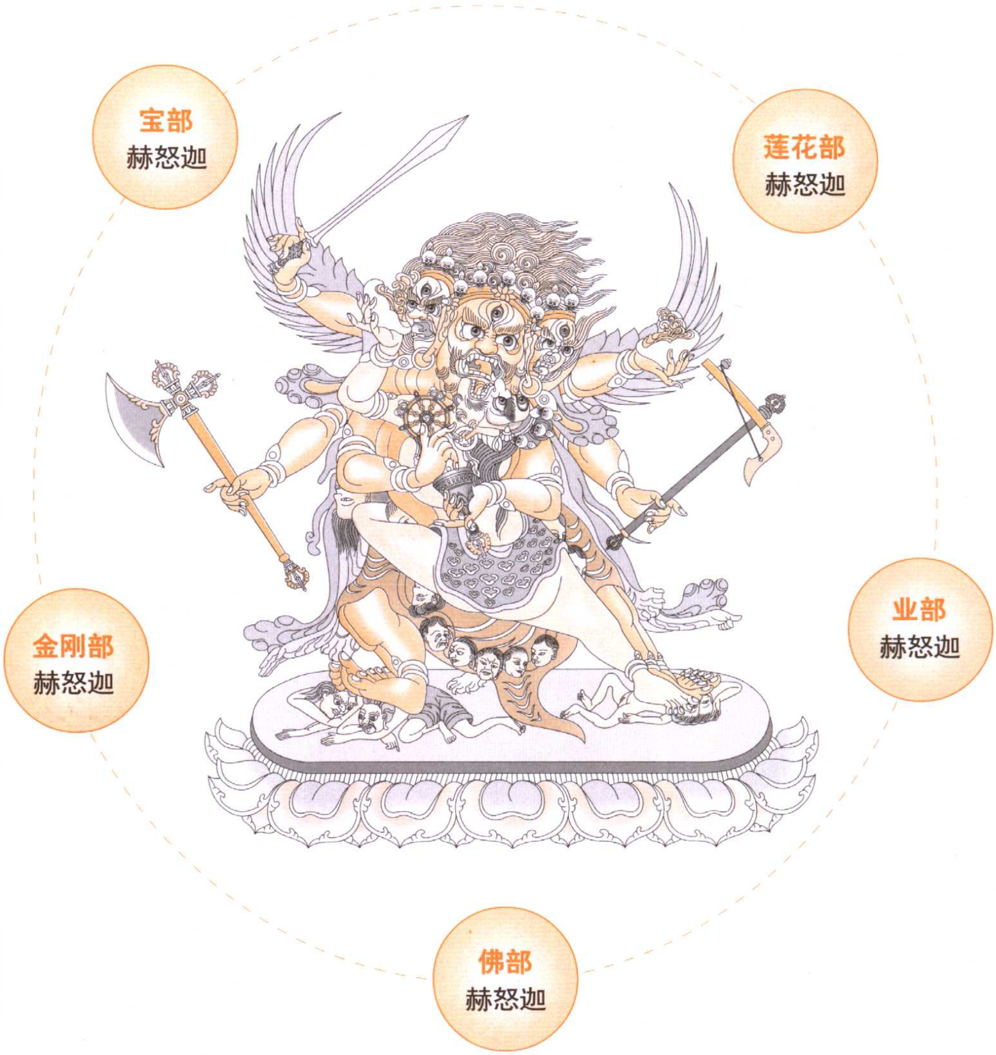
1 赫怒迦的梵语Heruka，泛指所有忿怒相的观想诸尊。就其外貌特征被转译成“饮血者”或“饮血英雄”。

2 在《中阴闻教救度大法》里是指佛陀的忿怒化身。

3 赫怒迦由亡灵的脑浮现，明确而且清晰地显现在亡灵的面前。

4 在法性中阴第八天显现的是大光荣赫怒迦佛（the blessed Glorious Great Buddha-Heruka），三面六臂，四足展开挺立，拥抱佛母。这是由寂静尊大日如来佛父佛母双身相所化成的。

大赫怒迦各部关系



忿怒尊唐卡中的大赫怒迦（the Great heruka）是所有五部赫怒迦之首。大赫怒迦位处中阴闻教救度忿怒尊唐卡的中央位置，而五部着这他四周分布。①佛部赫怒迦在他的下方；②金刚部赫怒迦在其左下方；③宝部赫怒迦在其左上方；④业部赫怒迦在其右下方；⑤莲花部赫怒迦在其右上方。

剖析大光荣赫怒迦

第八天出现的大光荣赫怒迦双身相是佛部赫怒迦与大赫怒迦的合体，他是由大日如来佛父佛母所化成的忿怒尊。一切都由亡灵的脑中央所投射出来。

梵语 **Heruka**

泛指所有忿怒相的观想诸尊



辨认特征

1 身躯

三面六臂，四足展立。

2 肤色

三面各有不同肤色，右脸白色，正脸棕色，左脸红色。在藏传佛教多面神祇的肤色，经常是正脸的颜色与身躯的主要颜色相同。

3 眼睛

佛父身体散发强烈的火焰光辉，每张脸上共有三眼，全部的九个眼睛以忿怒的神情注视着您。

4 眉毛与牙齿

佛父眉毛如同雷电般闪耀，牙齿锐利如刀光闪耀。

5 发声

口中发出嘹亮的"啊－啦－啦"与"哈－哈"叫声，以及响亮的呼啸声"嘘！"。

6 发丝

佛父金黄红色的发丝向上飞扬，头戴干枯的骷髅头冠，冠上缀有日月纹饰。身体缀有黑色的卷蛇项链与骷髅长链。

7 右三臂

佛父六只手臂中，右边的第一只手握持法轮，中间第二只手握持斧，最后第三只手握有长剑。

8 左三臂

佛父左边三手，第一只握持金刚铃，中间第二只手握有犁头，最后第三只手握持人头颅钵。

9 双修形式

伴侣佛部大力忿怒佛母拥抱着他，这是密乘特有的双修形式之一。

10 饮血动作

佛母的右手环绕佛父的脖子，左手捧持盛血的人头颅钵送进佛父的口中，接着，佛父发出嘹亮的颚音，呼啸如闪电。

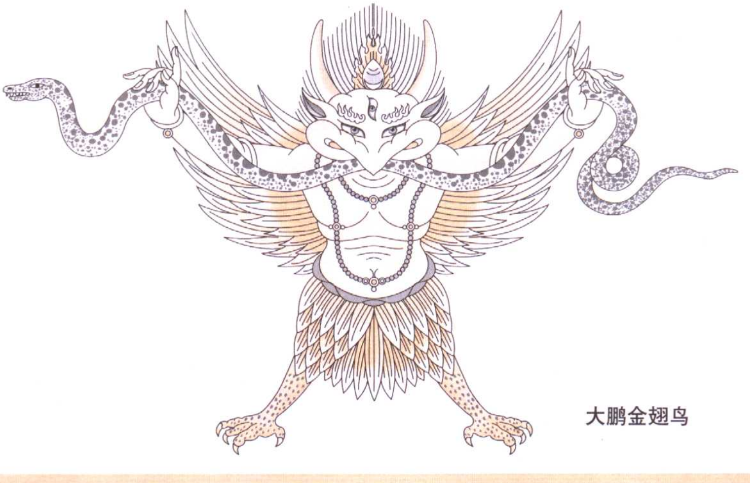
11 散射智慧明光

火焰般的金刚"发丝"突然散射出如火焰般的智慧明光。

12 坐骑

佛父以战斗姿踩踏着坐骑大鹏金翅鸟。




大鹏金翅鸟

第九天的幻相

金刚部赫怒迦佛父佛母的显现

进入法性中阴的第九天，金刚部赫怒迦佛与金刚部大力忿怒佛母将现身在亡灵的面前。

法性中阴第九天的幻相构成

显现的神祇	金刚部赫怒迦佛父、金刚部大力忿怒佛母
亡灵的选择	1、领悟金刚赫怒迦的本质，并与他融合，证得报身佛果。 2、无法领悟他的本质，进入第十天的考验。

金刚部赫怒迦佛父与金刚部大力忿怒佛母现身

进入法性中阴的第九天，金刚部(Vajra Family)的饮血忿怒佛——金刚部赫怒迦 (Blessed Vajra Heruka)将会在亡灵的面前现身，他们实际上是从亡灵脑的东部投射出来的，外貌极为特别。金刚部赫怒迦佛父有三面六臂，三面的肤色各不相同，其右面的脸为白色，正脸为暗蓝色，而左面的脸则为红色，其全身的主要颜色为暗蓝色。佛父四足展开挺立呈战斗姿，形象非常威武，金刚部大力忿怒佛母拥抱着他。

轮回与解脱的结局选择

(1) 亡灵应该提醒自己：眼前的金刚部赫怒迦佛父与金刚部大力忿怒佛母实际上只是圣尊金刚萨埵与他的伴侣佛眼佛母的化身，都是我的本尊守护神，所以我不需要对它产生恐惧，更不能躲避他们只要我能够识认他们，那么我将获得永久的解脱。

(2) 当亡灵体认出金刚部赫怒迦佛父与金刚部大力忿怒佛母以后，将会立刻融入到他们的心中，证得“报身”佛果。

(3) 如果亡灵受强大的恶业影响而无法体认，将失去这次解脱的机会，继续接受第十天宝部的饮血忿怒佛的考验。

剖析金刚部赫怒迦

第九天出现的金刚部赫怒迦双身相是由金刚萨埵阿閦如来佛父佛母所化成的忿怒尊。是由亡灵的脑部东方所投射出来。



辨认特征

1 右三臂

佛父六只手臂中，右边的第一只手握持①金刚杵，中间第二只手握有②人头颅钵，最后第三手握③斧。

2 左三臂

佛父左边三手，第一只握持①金刚铃，中间第二只手握有②人头颅钵，最后第三手握③犁头。

3 双修形式

伴偶“金刚部大力忿怒佛母”拥抱着他。

4 饮血动作

佛母的右手环绕佛父的脖子，左手捧持盛血的人头颅钵送进佛父的口中。

第十天的幻相

宝部赫怒迦佛父佛母的显现

进入法性中阴的第十天，宝部赫怒迦与宝部大力忿怒佛母将显现在亡灵的面前。

法性中阴第九天的幻相构成

显现的神祇	宝部赫怒迦佛父、宝部大力忿怒佛母
亡灵的选择	1、领悟宝部赫怒迦的本质，并与他融合，证得报身佛果。 2、无法领悟他的本质，进入第十一天的考验。

宝部赫怒迦佛父与宝部大力忿怒佛母现身

进入法性中阴的第十天，宝部(Ratna Family)的饮血忿怒佛——宝部赫怒迦 (Blessed Ratna Heruka)将会在亡灵的面前现身，他们实际上是从亡灵脑的南部投射出来的，外貌极为特别。宝部赫怒迦佛父有三面六臂，三面的肤色各不相同，其右面的脸为白色，正脸为深黄色，而左面的脸则为红色，其全身的主要颜色为暗黄色。佛父四足展开挺立呈战斗姿，形象非常威武，宝部大力忿怒佛母拥抱着他。

轮回与解脱的结局选择

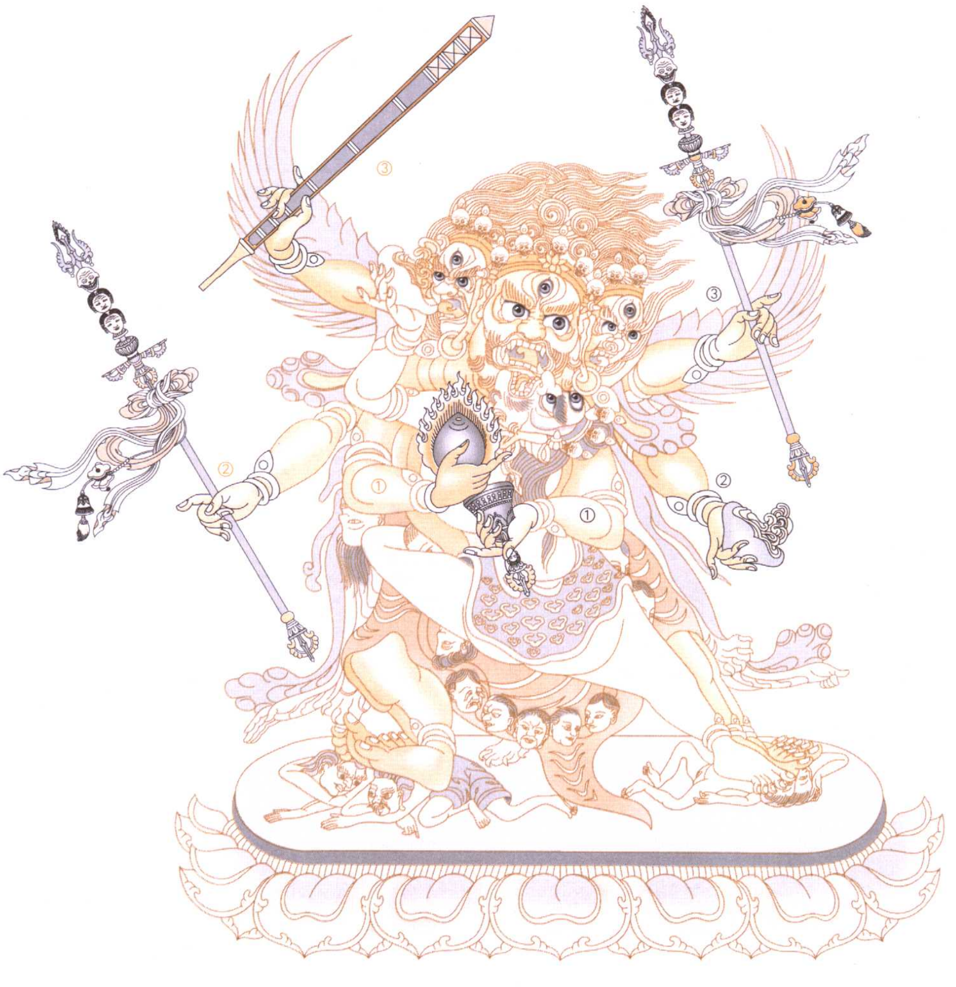
(1) 亡灵应该提醒自己：眼前的宝部赫怒迦佛父与宝部大力忿怒佛母实际上只是圣尊宝生如来与其伴偶佛母玛玛基的化身，他们都是我的本尊守护神，所以我不需要对他们产生恐惧，更不能躲避他们。只要我能够识认出他们，那么我将获得永久的解脱。

(2) 当亡灵识认出宝部赫怒迦佛父与宝部大力忿怒佛母以后，将会立刻融入到他们的心中，证得“报身”佛果。

(3) 如果亡灵受强大的恶业影响而无法识认，将失去这次解脱的机会，继续接受第十一天莲花部的饮血忿怒佛的考验。

剖析宝部赫怒迦

第十天出现的宝部赫怒迦双身相是由宝生如来佛父佛母所化成的忿怒尊。是由亡灵的脑部南方所投射出来。



辨认特征

1 右三臂

佛父六只手臂中，右边的第一只手握持①珠宝，中间第二只手握持②带有人头的三叉戟，最后第三手握有③棍棒。

2 左三臂

佛父左边三手，第一只握持①金刚铃，中间第二只手握有②人头颅钵，最后第三手握有③三叉戟。

3 双修形式

伴偶“宝部大力忿怒佛母”拥抱着他。

4 饮血动作

佛母的右手环绕佛父的脖子，左手捧持盛血的人头颅钵送进佛父的口中。

第十一天的幻相

莲花部赫怒迦佛父佛母的显现

进入法性中阴的第十一天，莲花部赫怒迦与莲花部大力忿怒佛母将现身在亡灵的面前。

法性中阴第十一天的幻相构成

显现的神祇	莲花部赫怒迦佛父、莲花部大力忿怒佛母
亡灵的选择	1、领悟莲花部赫怒迦的本质，并与他融合，证得报身佛果。 2、无法领悟他的本质，进入第十二天的考验。

莲花部赫怒迦佛父与莲花部大力忿怒佛母现身

进入法性中阴的第十一天，莲花部(Padma Family)的饮血忿怒佛——莲花部赫怒迦 (Blessed Padma Heruka)将会在亡灵的面前现身，他们实际上是从亡灵脑的西部投射出来的。莲花部赫怒迦佛父有三面六臂，其全身的主要颜色为暗红色。佛父四足展开挺立呈战斗姿，形象非常威武，莲花部大力忿怒佛母拥抱着他。

轮回与解脱的结局选择

(1) 亡灵应该提醒自己：眼前的莲花部赫怒迦佛父与莲花部大力忿怒佛母实际上只是圣尊阿弥陀佛与他的伴偶白衣佛母的化身，他们都是我的本尊守护神，所以我不需要对他们产生恐惧，更不能躲避他们。只要我能够识认出他们，那么我将获得永久的解脱。

(2) 当亡灵识认出莲花部赫怒迦佛父与莲花部大力忿怒佛母以后，将会立刻融入到他们的心中，证得“报身”佛果。

(3) 如果亡灵受强大的恶业影响而无法体认，将失去这次解脱的机会，继续接受第十二天业部的饮血忿怒佛的考验。

剖析莲花部赫怒迦

第十一天出现的莲花部赫怒迦双身相是由阿弥陀佛佛父佛母所化成的忿怒尊。一切都由亡灵的脑部西方所投射出来。



辨认特征

1 右三臂

佛父六只手臂中，右边的第一只手握持①莲花，中间第二只手握持②缀有三人头的三叉戟，最后第三手握有③棍棒。

2 左三臂

佛父左边三手，第一只握持①金刚铃，中间第二只手握有②盛血的人头颅钵，最后第三手握有③小鼓。

3 双修形式

伴偶“莲花部大力忿怒佛母”拥抱着他。

4 饮血动作

佛母的右手环绕佛父的脖子，左手捧持盛血的人头颅钵送进佛父的口中。

第十二天的幻相

业部赫怒迦佛父佛母的显现

进入法性中阴的第十二天，业部赫怒迦与业部大力忿怒佛母将现身在亡灵的面前。

法性中阴第十二天的幻相构成

显现的神祇	业部赫怒迦佛父、业部大力忿怒佛母
亡灵的选择	1、领悟业部赫怒迦的本质，并与他融合，证得报身佛果。 2、无法领悟他的本质，进入第十三天的考验。

业部赫怒迦佛父与业部大力忿怒佛母现身

进入法性中阴的第十二天，业部(Karma Family，或称羯磨部)的饮血忿怒佛——业部赫怒迦(Blessed Karma Heruka)将会在亡灵的面前现身，他们实际上是从亡灵脑的北部投射出来的。业部赫怒迦佛父有三面六臂，三面的肤色各不相同，其右面的脸为白色，正脸为暗绿色，而左面的脸则为红色，其全身的主要颜色为暗绿色。佛父四足展开挺立呈战斗姿，形象非常威武，业部大力忿怒佛母拥抱着他。

轮回与解脱的结局选择

(1) 饮血诸尊身躯庞大，肢体粗壮，几乎布满整个虚空。如果亡灵不了解这些都是从自己脑中投射出来的幻相的话，自然就会感到十分的恐惧。所以此时亡灵应该提醒自己：眼前的业部赫怒迦佛父与业部大力忿怒佛母实际上只是圣尊不空成就佛与他的伴偶贞信度佛母的化身，他们都是我的本尊守护神，所以我不需要对他们产生恐惧，更不能躲避他们。只要我能够识认出他们，那么我将获得永久的解脱。

(2) 如果亡灵能够识认出业部赫怒迦佛父与业部大力忿怒佛母都是自己的本尊守护神，那么他在生前所体悟的子明光将会与此时领悟的母明光（自然明光）相会合，仿佛失散的母子相会一般，一种自我解脱的明光将在亡灵的面前升起，亡灵将会获得永久的解脱。

(3) 如果亡灵受强大的恶业影响而无法识认，将失去这次解脱的机会，继续接受第十三天的忿怒尊与食尸女神的考验。

剖析业部赫怒迦

第十二天出现的业部赫怒迦双身相是由不空成就佛父佛母所化成的忿怒尊。一切都由亡灵的脑部北方所投射出来。



辨认特征

1 右三臂

佛父六只手臂中，右边的第一只手握持①剑，中间第二只手握持②缀有三人头的三叉戟，最后第三手握有③棍棒。

2 左三臂

佛父左边三手，第一只握持①金刚铃，中间第二只手握有②人头颅钵，最后第三手握有③犁头。

3 双修形式

伴偶"业部大力忿怒佛母"拥抱着他。

4 饮血动作

佛母的右手环绕佛父的脖子，左手捧持盛血的人头颅钵送进佛父的口中。

第十三天的幻相

遇见忿怒诸女神

在法性中阴的第十三天里，将会有八位忿怒相高丽女神和八位琵萨希女神现身在亡灵的面前。

● 法性中阴第十三天的幻相构成

显现的神祇	八位忿怒相高丽女神、八位忿怒相琵萨希女神
亡灵的选择	1、领悟她们都是自己心智活动所投射出的幻影。 2、无法领悟她们的本质，进入第十四天的考验。

● 八位忿怒相高丽女神与八位忿怒相琵萨希女神现身

高丽女神（Gauri）是印度教湿婆神的伴侣，由于她居住在恐怖的、充满死亡气息的寒林，所以也被称为“寒林女神”。在法性中阴的第十三天里，八位忿怒相高丽女神将从亡灵脑海的不同方位射出，显现在亡灵的面前，她们分别是：来自脑海东部的白色高丽女神、来自脑海南部的黄色高丽女神、来自脑海西部的红色高丽女神、来自脑海北部的黑色高丽女神、来自脑海东南部的红黄色高丽女神、来自脑海西南部的深绿色高丽女神、来自脑海西北部的淡黄色高丽女神和来自脑海东北部的深蓝色高丽女神。

食尸女神琵萨希（Pisaci）是印度圣典《吠陀经》中的恶鬼。在法性中阴的第十三天里，还会有八位忿怒相琵萨希女神显现在忿怒相高丽女神的外围，分别是：显现在东方的深紫色狮首琵萨希女神、显现在南方的红色虎首琵萨希女神、显现在西方的黑色狐首琵萨希女神、显现在北方的深蓝色狼首琵萨希女神、显现在东南方的淡黄色鹫首琵萨希女神、显现在东北方的蓝色枭首琵萨希女神、显现在西南方的深红色鸱枭首琵萨希女神、显现在西北方的黑色鸦首琵萨希女神。

● 救“命”锦囊

面对围绕着五位饮血赫怒迦的八位高丽女神和八位兽首人身的琵萨希女神，亡灵一定要清楚她们都是从自己的脑海投射而出的，她们前来引领亡灵走向解脱，所以不必害怕，请跟从她们的引领。

高丽女神与琵萨希女神

第十三天出现了八位忿怒相的高丽女神和八位琵萨希女神，她们是由亡灵的脑部发出的，寒林女神高丽原本是印度教湿婆神的伴侣，而食尸女神琵萨希是出现在印度圣典《吠陀经》的恶鬼。

高丽
印度教的寒林女神
梵语：Gouri
意指水牛女

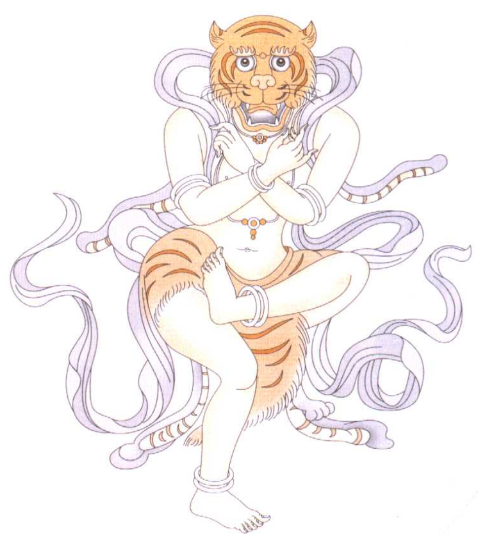
琵萨希
吠陀经的食尸女神
梵语：Pisaci

密教为成组的忿怒女神

八位寒林高丽女神
人面人身

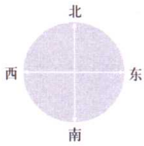
八位食尸琵萨希女神
兽面人身





高丽女神

八位忿怒相高丽女神将由亡灵的脑部发起，显现在亡灵的面前。





北方

黑色高丽女神

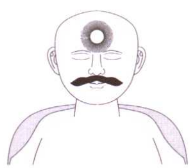
持金刚杵与人头颅钵。她是鬼女。



西方

红色高丽女神

持海兽旗。她是惑乱女神。



由大脑发射



东方

白色高丽女神

右手持尸棒，左手持人头颅钵。她是水牛女神。



南方

黄色高丽女神

持弓射箭。她是盗贼女神。



西北

淡黄色高丽女神

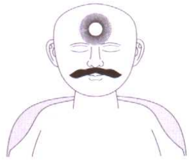
由尸身上扯下头，右手握持心脏，左手将尸体送进口中。她是寒林女神。



西南

深绿色高丽女神

以右手握持金刚杵搅拌盛血的人头颅钵。她是大食女神。



由大脑发射



东北

深蓝色高丽女神

由尸身上扯下尸头而食。她是尸林女神。



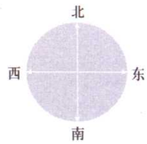
东南

红黄色高丽女神

右手握持肚肠,左手送进口中。她是猎人女神。

琵萨希女神

八位琵萨希女神将由亡灵的脑部发起，显现在亡灵的面前。八位都是兽首人形身躯，并有不同的肤色，其中，四位的面容是原野奔驰的四足猛兽，四位则是翱翔于天空的鸟禽。





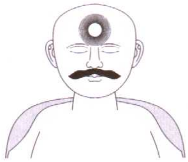
北方

深蓝色狼首琵萨希女神

双手握着尸首送进口中，双眼瞪视向前。



西方



由大脑发射



东方

黑色狐首琵萨希女神

右手握持剃刀，左手拿着肚肠，同时舔血咬食。

深紫色狮首琵萨希女神

双手交握于胸前，口衔尸首，不停地摇晃鬃毛。



南方

红色虎首琵萨希女神

双手交握向前，双眼瞪视，同时龇牙咧嘴。



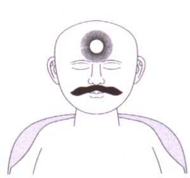
西北

黑色鸦首琵萨希女神

左手捧持人头颅钵，右手持剑，并咬食心脏与肺脏。



西南



由大脑发射



东北

深红色鸱枭首琵萨希女神

深红色鸱枭首琵萨希女神背着大片剥皮披肩。

蓝色枭首琵萨希女神

左手持剑，右手持金刚杵，同时进食。



东南

淡黄色鹫首琵萨希女神

肩背巨大人形尸首，手持骸骨。

第十四天的幻相

遇见四位守门女神与二十八位瑜伽女

进入法性中阴第十四天，四位兽首守门女神和二十八位瑜伽女将会现身在亡灵的面前。

法性中阴第十四天的幻相构成

显现的神祇	四位兽首人身的守门女神、二十八位兽首瑜伽女
亡灵的选择	1、领悟她们都是自己心智活动所投射出的幻影。 2、无法领悟他的本质，进入投胎中阴继续接受考验。

四位兽首人身的守门女神和二十八位兽首瑜伽女现身

在第十四天里，首先会有四位兽首人身的守门女神现身在亡灵的面前，她们都是从亡灵的脑海中投射而出。紧随其后的是二十八位瑜伽女(Yoginis)，她们全部是兽首人身，但是肤色各不相同，手中所持的象征物也各有不同。她们同样也是亡灵脑海中的投射。

诸位女神都是赫怒迦族中的忿怒形象，亡灵要将她们认作是自己的本尊守护神，不要惧怕或者躲避，要仔细聆听上师的指导。

上师的提示

在一连串显现的忿怒尊面前，亡灵可能会感到极度的恐惧，甚至导致心识迷离而陷入危险之中。所以，此刻上师有必要按照下列方法在亡灵身旁为其作提示，以帮助亡灵识认这些幻相。

提示1：体认诸尊的本质

亡灵一定要体认出二十八位大力的瑜伽女神都是自己脑海中所投射出来的赫怒迦忿怒形象。尊贵的某某，法身以寂静诸尊显现，来自部分的空性，请体认他们。报身以忿怒诸尊显现，来自部分的明光，请体认他们。

此时，五十八位饮血诸尊(blood-drinking deities)将由亡灵的脑海中投射到面前。亡灵如能体认出他们都是自己意识的显现，便可以融入饮血诸尊的心中，证得佛果。

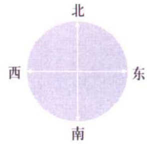
提示2：透视恐怖的幻相

尊贵的某某：如果您不能当下立刻识认出，您将会感到害怕，并想逃离。

四位兽首守门护法

在法性中阴的最后一天，也就是第十四天。首先会显现四位兽首守门女神。他们是一群兽首人身，肤色不同，各持不同象征物的瑜伽女，亡灵千万不要害怕！必须认清他们都是自己脑海所投射出的形象。



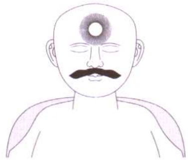


北方

蛇面女神

绿色的身躯，手持金刚铃。





由大脑发射



西方

狮面女神

红色的身躯，手持铁链。

东方

虎面女神

白色的身躯，手持刺棒与盛血人头颅钵。



南方

猪面女神

黄色的身躯，手持套索。

二十八位瑜伽女

第十四天最后显现的一队庞大阵容是二十八位瑜伽女，兽首人身，肤色不同，各持不同象征物。瑜伽女亦被称为大力女神。大部分的瑜伽女原本都是印度教的女神，而后被吸收入佛教。

六位北方瑜伽女

狼头司风女神
蓝色的身躯，手中挥舞旗帜。



水牛头妇人女神
红色的身躯，手持削尖的木桩。

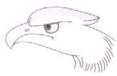


猪头女神
黑色的身躯，手持一串尖牙。



六位西方瑜伽女

雕头老鹫女神
墨绿色的身躯，手持短棒。



马头愉快女神
红色的身躯，手持一具尸体的躯干。



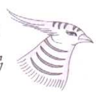
鹰头大力士女神
白色的身躯，手持棍棒。



狗头罗刹女神
黄色的身躯，手持一杵一刀。



戴胜鸟头欲望女神
红色的身躯，手持弓射箭。



鹿头看财女神
绿色的身躯，手持花瓶。



西方

狮头红金刚女神
手持铁链



猪头金刚女神
黄色的身躯，手持剃刀。



海兽头喜乐女神
红色的身躯，手持宝瓶。



蝎头甘露女神
红色的身躯，手持莲花。

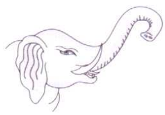


六位南方瑜伽女

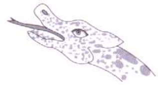
鸦头雷霆女神
红色的身躯，手持婴儿尸体。

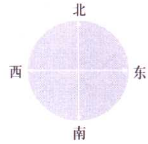


象头大鼻女神
墨绿色的身躯，手持尸首饮血。



蛇头水中女神
蓝色的身躯，手持蛇制套索。





六位东方瑜伽女



犛牛头罗刹女神
深棕色的身躯，手持金刚杵与头颅骨。



蛇头梵天女神
橙红色的身躯，手持莲花。



豹头伟大女神
墨绿色的身躯，手持三叉戟。



猫鼬头贪婪女神
蓝色的身躯，手持法轮。



雪熊头童贞女神
红身黄首，手持短矛。

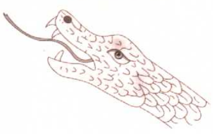


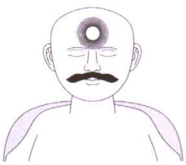
熊头帝释女神
白身棕首，手持肠制套索。

北方

蛇头绿金刚女神

手持金刚铃





由大脑发射

东方

鹘头白金刚女神

手持铁钩



南方

羊头黄金刚女神

黄色的身躯，手持套索



隼头月光女神
白色的身躯，手持金刚杵。



狐头执棒女神
暗绿色的身躯，手持短棒。



虎头罗刹女神
黄黑色的身躯，手持盛血的人头颅钵。



如果您不能这样识认，就会将饮血诸尊视为阎罗法王(Lords of Death)，并想逃离它们。您会感到恐惧、迷惘与虚弱。您自身心灵所投射出的影像将会转变成邪魔，并堕入迷离的轮回道路。只要不被诱惑、不要害怕，那您就不会堕入迷离的轮回道路。在法性中阴的世界里，寂静相与忿怒相诸尊形体巨大，身躯最大者布满整个的虚空。中等身躯则有须弥山之大。至于小型身躯，也有常人身躯的18倍。请不要感到害怕!所有的现象都是以光影与形象的方式显现，请领悟这一切都是由自己内心本性所散发的光辉。只要您能够认清这一切，自身的光辉将与所有的光影与影像合为一体，并证得佛果。

提示3：争取“刹那间圆满觉悟”

尊贵的某某，无论您所见到的景象有多么恐怖，请认清这都是自己的心智活动投射所产生的幻相。请领悟这光明是来自自己心灵的本质光辉，只要您可领悟这一切，毫无疑问即刻可证得佛果，这就是所谓的“刹那间圆满觉悟”(perfect instantaneous enlightenment)，请牢记在心。

提示4：勿令大黑天与阎摩天显现

尊贵的某某，如果您不能体认这一切，同时仍然感到害怕，那么所有的寂静相诸尊，将以大黑天(Mahakala)的形象显现，所有的忿怒相诸尊，将以阎罗法王的形象显现。您将迷离于轮回的道路，内心所投射出的形象也都将成为魔鬼。

提示5：牢记救“命”的秘法或字诀

尊贵的某某，如果您无法领悟这一切都是内心所投射出的景象，即使深修佛法，或是熟习所有的显密经典，也无法证得佛果。不过，只要您能够记住其中的一个秘法或是一个字诀，想起这一切景象都是内心的投射，就可以证得佛果。

提示6：避免阎罗法王迫害

尊贵的某某：如果您无法领悟幻景的本相，死后来到法性中阴时，他们显现出阎罗法王的形象。身形大的阎罗法王可以布满整个虚空，中等者如同须弥山一样高，小型的也有您身体的十八倍高。无数阎罗法王布满整个宇宙，切齿咬唇，眼明如玻璃，头发上绾，巨腹细腰，束发结顶，手持刑板，嘴中叫喊着“杀!”将人头由身体扯下，取出内脏，噬心啖脑。以这样恐怖的形象布满整个宇宙，显现在您的面前。

最后一天的特别叮咛

1 一定要认出寂静、忿怒、寂忿诸尊



2 天空布满诸尊时，请不要惊恐

在法性中阴的世界里，寂静相与忿怒相诸尊将已形体巨大的形象出现在亡灵的眼前，这时亡灵一定不要害怕。

3 最好能达到“刹那间圆满觉悟”

亡灵这时无论看见景象是多么恐怖，请记住这是你自己的心理活动折射所产生的幻相而以，亡灵只要记住这一点，就可能达到所谓的“刹那间圆满觉悟”。

名词解释

大黑天

大黑天，原是古印度的战神，也是湿婆的化身之一。而他在密教中也是一位非常重要的护法，他是文殊菩萨与观音菩萨一起降服的一位神祇，也有是观世音菩萨忿怒相的说法。

4 你将看见大黑天与阎摩法王

所有寂静相诸尊将以大黑天（梵文Mahadala），形象显现。所有忿怒相诸尊将以阎摩法王（梵文Yama），形象显现。

5 只要能记住一个秘法或一个字诀

这时只要亡灵能够记住其中一个秘法或是一个字诀，想起这些景象都是内心的投射，就可以证得佛果。

6 阎罗法王手持“业行记录薄”，前来迫害

形体巨大的阎罗法王，咧齿咬唇，眼神透净，束鬓于头顶，大腹便便，脖子竖长。他手持一本“业行记录薄”，嘴中叫喊着“打！杀！”，将人头由身体扯下，取出内脏，掏心舔脑。就以这样恐怖的形象前来，并布满整个宇宙。

救“命”锦囊

（1）领悟幻影的本相

如果亡灵想要避免遭受阎罗法王的迫害，就一定要体认出这些幻影的本相。

尊贵的某某，当您看见内心投射成如此的景象，请无需害怕。您现在的身体是处在失去知觉的状况下，这种业习累聚所形成的意识体，即使被杀或被剁成碎片也不会死亡。实际上，这是空性的自然形式，根本无需恐惧。同样地，阎罗法王显现的身躯也是由您内心发出的光芒所形成，他们并非物质

构成的实体。空性是无法被伤害的。外部显现的寂静相与忿怒相诸尊、饮血赫怒迦诸尊、彩虹光与阎罗法王的恐怖形象，这一切均非实体，只不过是心智活动自发性所映射出的景象。只要您能够了解这点，所有的恐惧均将获得解脱，并与您融合成为一体证得佛果。只要您了解这些，即可体认它们都是您的本尊守护神。

(2)祈请本尊守护神前来现身协助

亡灵应该虔诚地祈请自己的本尊守护神前来协助自己，呼唤他的名号，并说：

迷离在中阴之间，
祈请当我的救应者，
请慈悲地抓住我，
珍贵的本尊守护神！

(3) 祈请上师协助

接下来，亡灵应祈请上师协助，呼唤上师的名号，并虔诚读诵下文三至七遍：

因为深重恶业，使得我在轮回中迷离，
在舍弃所有恐惧的明亮路上，
愿寂静与忿怒诸尊护佑在我之前，
愿忿怒相女神、虚空佛母护佑在我之后，
帮助我跨越中阴的危险路程，
引导我前往圆满的成佛境域。
当舍弃挚爱的亲友，独自迷离漂泊，
而自我空性在内心映射之下显现而出，
愿诸佛放出慈悲力量，使我在中阴路上免于恐惧。
当五智明光闪耀，将无所恐惧地体认自我。
当寂静尊与忿怒尊显现，将无所畏惧、充满信心地领悟中阴。
当承受恶业带来了痛苦时，祈愿本尊守护神清理这一切的痛苦。
当实相之音如千雷齐吼时，祈愿此声化成六字明咒。
当业力跟随而无所庇护时，祈愿大悲圣尊救苦救难。
当恶业积习带来了痛苦时，祈愿三昧定的喜悦与明光升起。
愿五大不要升起成为敌人。
愿能够看到五位佛陀！

只要专心读诵，亡灵心中的恐惧感将逐渐消失，并最终证得报身佛果。

最后阶段的总结

影响中阴处境关键是生前修行

在法性中阴的十四天旅程中，亡灵遭遇到种种险象幻境的考验，有一部分人通过了考验，获得了永久的解脱，还有一部分人则没能通过考验，还要继续进入投胎中阴。影响亡灵中阴处境的关键在于生前的修行。

在法性中阴的十四天旅程中，诸佛菩萨一一在亡灵的面前现身。无论是面容平和的寂静尊还是面容狰狞的忿怒尊，他们都是前来引导亡灵获得解脱的导师。但是由于恶业的积累、无明的蒙蔽，众生中仍然会有很多人无法在法性中阴获得解脱。《中阴闻教救度大法》为众生提供了把握中阴机遇的有效方法，同时由于法性中阴第二周的恐怖幻相使得亡灵的心识格外集中，因而这些教示将可以发挥更大的作用。《中阴闻教救度大法》特别指出，生前的密乘修行将会对亡灵的中阴历程产生重要的影响，生前曾经有过密乘修行或者虔诚信仰密乘的人，将有更大的机会获得解脱。教法列举了五种情况进行说明：

第一种情况：

生前已经达到大手印圆满领悟状态的最高根器瑜伽修行者，在进入临终中阴时即可自然融入明光，自行达到解脱，不需要他人为其诵读《中阴闻教救度大法》。

第二种情况：

通过生前修行而获得中等根器的瑜伽修行者，在进入生起阶段和圆满阶段时，可以通过观想和念诵咒言来获得开悟，最终达到解脱，不必漂泊到法性中阴。他们在呼吸刚刚停止之际，便会有持明主尊、勇健男女和空行母前来接迎，而亡灵就在缤纷的落花、馥郁的香气以及美妙的天籁声中升入虚空并融入虹光，随诸佛菩萨一起往生净土。中等根器的瑜伽修行者火化之后，可以留下珠宝一般的舍利。

第三种情况：

生前曾经对照诸佛菩萨的画像或塑像作过密乘观想训练的人，即使生前的修行次第非常低，死后无法跟随读诵者读诵中阴教法，也可以在忿怒诸尊现身之时体认出他们就是自己的本尊守护神，就像见到了自己久违的老朋友一样，自然对他产生亲近和信赖。亡灵将融入到本尊守护神的心中，证得佛果。

密教修行的五种影响

- 影响1：生前曾有密乘冥想训练 → 在中阴时能认出忿怒诸尊 → 获得解脱
- 影响2：生前不认识密乘诸尊 → 死后将无彩虹瑞相或火化舍利 → 继续轮回
- 影响3：生前即使鄙俗，只要真诚崇信 → 死后仍会虹光、舍利 → 获得解脱
- 影响4：中等根器的密乘修行者 → 会在清澈天空融入虹光 → 获得解脱
- 影响5：生前完成大手印与大圆满者 → 在临终中阴即可认出明光 → 获得解脱

三种解脱法的比较

三种解脱方式

禅定方式	听闻方式	真言贴身方式
适合者（密乘瑜伽行者）	适合者（所有人）	适合者（所有人）
依据（最高指导法）	依据（中阴闻教救度大法）	依据（中阴闻教救度大法）
生前瑜伽训练（自行解脱）	亡灵“聆听”指示（自行或他力解脱）	上师念诵真言密咒（他力解脱）

第四种情况：

有一类人出身卑微鄙俗，生前没有接受过良好的教养，也没有机会接触密乘的教义，但是他们对于密乘一贯有虔诚的信仰，这类人在中阴阶段也可以获得解脱，死后照样可以显现彩虹瑞光、火化舍利等瑞相。据此可以看出密乘有着不可思议的神秘力量。

第五种情况：

有一些持律僧侣或者佛学大师，他们生前曾经对佛学有过相当深入的研究，谈论起佛法可谓头头是道，但是由于他们并未把精力投入到密乘教义的研究上，有些人甚至在生前曾经轻慢过密乘，所以当密乘中的圣尊在中阴阶段显现时，他们就会感到非常惶恐害怕，以至于无法识认。这些人逝世时，将无法显现虹光、舍利等瑞相。

可见，生前所进行的密乘修行乃是决定亡灵中阴处境的关键。生前修行密乘的目的就是为了在死后进入中阴阶段可以自行识认眼前的幻景，达到解脱。而对于生前没有接触过密乘的平常人，莲花生大师的《中阴闻教救度大法》就是指引其死后旅程的地图，任何人死后只要认真聆听他人诵读《中阴闻教救度大法》，接受教法中的指引，就可以在刹那之间克服无明的蒙蔽，体悟无边的智慧，获得永久的解脱，从此脱离六道轮回之苦。

《中阴闻教救度大法》对于三种中阴处境都有详细的指导，如果亡灵在临终中阴阶段把握住任意一次明光，都可以证得“法身”成就；如果亡灵在法性中阴阶段能够体认出寂静诸尊与忿怒诸尊，将可以证得“报身”成就；而如果亡灵是在投胎中阴阶段得到开悟，就将证得“化身”成就，得到“化身”成就的亡灵可以投生到更好的环境中继续接受佛法的教导。

诚心所至，净土近在咫尺

亡者生前的密乘修行会对其中阴阶段的处境产生很大的影响，甚至可以直接决定其往生净土还是重新堕入六道轮回。任何有情众生，不论修行层次高低，出身高贵还是鄙俗，只要生前虔诚信仰中阴教法，就都有机会在死后获得解脱。

出身鄙俗，缺乏教养的人也可以往生净土吗？这里就有一个活生生的例子。

有一位年约四十岁的乞丐，对佛极为虔诚。每天早晨天蒙蒙亮的时候，他就跪在寺院堂前的阶下等候。天亮以后，寺院的大门开启，乞丐就静静地合掌念佛，直到早课结束。

白天的时候，他就在街上乞食。每当有人施舍食物给他时，他便和善地连声说道："因缘！因缘！"即使别人不给他东西，他也如此说着，毫无愠色。偶尔有那顽童，集合起来向他扔石头，吐口水，故意羞辱他，他也并不在意，只是说："因缘！因缘！"

到了晚上，乞丐就蜷缩在人家的屋檐下过夜。有一年腊月里的某个晚上，寒风刺骨。一个商人喝醉了酒回家，途中因为内急，没注意到屋檐下的乞丐，就对着他小解，污了乞丐一头一脸。乞丐醒来，口中喃喃说道："因缘！因缘！"商人大吃一惊，不停地道歉。乞丐一副不敢当的样子，说："哪里！哪里！是我自己睡错了地方，惊吓了你，这也是因缘。你如此向我道歉，倒使我内心不安了。"商人深为感动，当场向他许诺说："如果你比我先过世，我一定给你厚葬。"

两个月后，乞丐死在一户人家的屋檐下，神态非常安详。商人信守诺言，把乞丐的尸体领回家，雇人为他沐浴入殓，并为他举行了隆重的丧礼。之后，商人又将其尸体送往火葬场火化。谁知负责火化的人出来后不停地啧啧称奇，说他火化过数千人，却从未见过如此不可思议之事。商人好奇地凑过去欲看个究竟，原来乞丐的遗骨全焚成了如水晶般透明的紫色舍利子。商人更加惊叹敬佩，于是再次厚供乞丐。歌曰："虽着草袋心非乞，纯美犹胜冬牡丹。"

由此可见佛祖的慈悲之怀。只要我们拥有一颗虔诚的心，那么净土距离任何人都将不再遥远。



Part 4

选择，轮回与解脱　投胎中阴

亡灵经过恐怖的法性中阴后，随后的五天半的时间都会因法性中阴中的各种恐怖的幻相恐惧地晕眩过去。等亡灵再一次醒来时，便已经进入了投胎中阴阶段，这时的亡灵将第一次感觉自己拥有了实体的身躯，使亡灵备感喜悦。

本篇图解

投生中阴的身躯 /215
在投生中阴中的三叮咛 /216
拥有神通力的两种方法 /219
亡灵拥有神通力后的对策 /220
净眼区分 /220
面对投胎中阴的七种险境时的对策 /223
七种险境幻相(1) /225　七种险境幻相(2) /227
审判亡灵的情境(1) /229　审判亡灵的情境(2) /230
审判亡灵的情境(3) /233
亡灵面对审判的三个对策 /234
升起善念的方法(1) /237　法性之音 /238
升起善念的方法(2) /241
阻止亡灵投胎的办法 /243
心念的力量 /244
不要坠入欢爱男女幻相的陷阱 /245
四种投生方式 /247　四种虚妄梦境 /248
选择正确胎门 /251　奇幻的六道景象 /253
寻找避难所 /255
对抗饿鬼的五种法门 /257
可以前往那些净土 /259
哪些人一定要投胎转世 /261
逆转情势的最后法宝 /263
详释天道与人道 /263　最后的聆听 /267

进入充满痛苦与折磨的投胎中阴前

对重新具备感官知觉亡灵的三个重要叮嘱

本章相关经文
289-303页

亡灵如果无法通过法性中阴的考验，进入投胎中阴时，将会重新具备感官知觉，并且明显感受到自己仿佛拥有了一个有形身躯。投胎中阴充满着各种幻相和考验，亡灵应牢记以下注意事项，把握最后的解脱时机。

投胎中阴亡灵的状态——前身未弃而来身又起

亡灵在经历了法性中阴的最后一天之后，将会因为恐惧而昏迷过去，直到五天半以后才能醒来，继续接受投胎中阴的考验。因此，读诵者应该在法性中阴的第十四天里，为无法在法性中阴获得解脱的亡灵读诵下文，预先告知亡灵投胎中阴的情况：

尊贵的某某，仔细聆听。地狱、天道与中阴身将忽然出生(化生，没有经过怀胎受孕而诞生)。在法性中阴阶段，寂静与忿怒诸尊显现在面前，您却无法识认他们。在这以后的五天半时间里，您会因为恐惧而昏迷。当您再度恢复清楚的意识时，一个会散发光芒的躯体、类似生前的身躯将产生。

亡灵进入投胎中阴以后，将会重新具备完整的感官知觉，并且能够不受阻碍地到处游走，亡灵还可以感觉到自己的生前色身和未来色身。生前色身就是亡灵记忆中生前所拥有的血肉饱满的身躯，这个身躯的实体在亡灵进入投胎中阴以后早已腐败变质或者不复存在，但是它却可以以“中阴体验下的意识体”(the mental body of the bardo experience)的形式散发出明亮耀眼的光芒，使亡灵清楚地感受到自己仿佛拥有了一个有形的身躯。未来色身则是亡灵所体验到的未来投生时的身躯。亡灵在投胎中阴可以诞生在天道、阿修罗道、人道、畜生道、饿鬼道或地狱道，体验各不相同的世界。这些神奇的、令人难以置信的力量都是业力作用的结果。

投胎中阴亡灵的救“命”锦囊

(1) 对眼前幻景视而不见

对于眼前所生起的幻景，要识认出它们都是业力的作用在诱惑着亡者向六道之中堕落。因此一定要对眼前一切的幻景视而不见，不要被它所吸引，也不要被它所诱惑，不要对它心生向往和期盼。

（2）安住于纯洁的自心

拒绝眼前幻景的最为有效的方法就是观想纯洁无染的自心。亡灵此时应该依照上师的指导，在无为的状态之中将注意力收回到自己的内心，并且安住在纯净赤裸的自心之中，尽力去领悟空无与光明的合二为一。这样亡灵将可以抵制进入胎门，获得永久的解脱。

（3）祈请本尊或上师的护佑

如果亡灵此时无法领悟空无与光明合二为一的状态，也可以虔诚地观想自己的本尊或者上师在自己的头顶上，祈求他们的护佑。注意要专心地、一遍又一遍地观想，直到杂念全消。

投胎中阴的身躯

此时亡灵已进入投胎中阴，已经脱离了原有的肉体，并以意识体出现，这是介于“前世身躯”与“来世身躯”的中间形体，会散发耀眼的光芒。



在投生中阴中的三叮咛

在进入投胎中阴时对亡灵的三个叮咛，主要目地是提醒亡灵避免进入胎门，投胎转世。

叮咛 1：

不要被眼前的幻相所迷惑

不用恐惧，不可追随。



叮咛 2：

保持纯净无染的心灵

保持不紧握与不行动的状态



叮咛 3：

始终观想本尊或上师

不断地观想，不可分心。



苦海无边，回头是岸

如果我们在法性中阴阶段还是不能抓住解脱的机会，因而进入投胎中阴的话，那说明我们的执著心实在是太重了。我们无法放下前世的自己，因而才使得下世的自我有机会在这种执著与迷恋中逐渐显现。我们实际上已经处在了非常危险的边缘，因为投胎中阴是亡灵解脱的最后时机，如果不能及时把握，就只有重新转入六道轮回，继续前世的苦痛。佛说：苦海无边，回头是岸。上师亲友正在耳畔对我们悉心叮咛，告诉我们不要被自己的凡夫心所生出的幻景所迷惑，要设法静下心来，专心体悟心灵的纯净状态。身已至此，难道我们竟是还要如此糊涂，以至于不能回头吗？

有首歌词写得好：

见山是山，见水是水。
我到底是谁？随人徒伤悲。
见山不是山，见水不是水。
花开花自醉，人来我自睡。
名利船驶向何方？名利心是否两个样？
若我一生中过了千重浪，归来是否依旧无恙？
弄潮儿荡呀荡，坏了那好心肠。
只有回头是岸，
欲海无边，欲壑最难填。
提起云遮天，放下就是红莲。
见山又是山，见水又是水。
谁知我是谁？今生不再伤悲。

这首词的名字就叫做《回头是彼岸》。仔细玩味其中的道理，即便是生前从未进行过禅定修行的人，也该有所领悟，好好把握投胎中阴的最后机会了吧！

超常的本领

神通

进入投胎中阴，亡灵的意识已经独立于身体成为意识体，因此能够超越任何一般的障碍，具备一定的神通能力。但是这种神通只是业力作用的结果，亡灵不可过于贪恋。

亡灵获得神通的能力

亡灵进入中阴世界以后，将会因具备了完备的感官意识而获得神通的能力。所谓“完备的感官意识”是指，无论亡灵生前有眼盲、耳聋还是腿跛的生理缺陷，进入中阴世界以后，这些感官都可以重新恢复作用，失明的人将可以看到外界的事物，失聪的人也可以听到外界的声音。不仅如此，进入投胎中阴以后，各种感官还将具备超常的能力。比如亡灵的眼睛具有天眼通的功能，能够看清很遥远的事物。亡灵还能够不受任何山、石、河、海等地理环境的障碍，自由穿行，通行无阻。不论宇宙的哪一个角落，亡灵只要一起心动念就可以刹那间到达，但是唯独有两个地方例外，那就是佛陀成道的金刚座道场（即现今印度中部菩提迦耶的菩提树下）和母亲的子宫。这是因为菩提迦耶的金刚座道场乃是佛陀悟道的地方，是伟大力量的中心，而母亲的子宫则是亡灵投胎的必经之地，这两个地方都散发着迷乱人心识的光芒，这种光芒会对一般的凡人产生强大的震慑力，使得一般人因为畏惧而无法到达。

需要特别注意的是，这种神通能力是处于中阴世界的亡灵自然具有的，与通过禅定修行所得到的神通的性质并不完全相同。亡灵应该清楚地认识到这种神通的本质，采取以下对策，不可以对神通过于贪恋和执著。

（1）鄙视虚幻不实的神通能力，不生贪恋和执著

亡灵在此时所具有的神通能力从本质上来说乃是业力作用的结果，任何人在死后由于业力的作用都可以在瞬息之间来往穿行于宇宙间的各个角落，这种神通并不是通过禅定修持或者福德的积累而得来的，因此是虚幻而不真实的，所以亡灵应鄙视这种神通能力，不生贪恋之心。

（2）当贪恋之心生起时，诚心祈求上师的庇佑

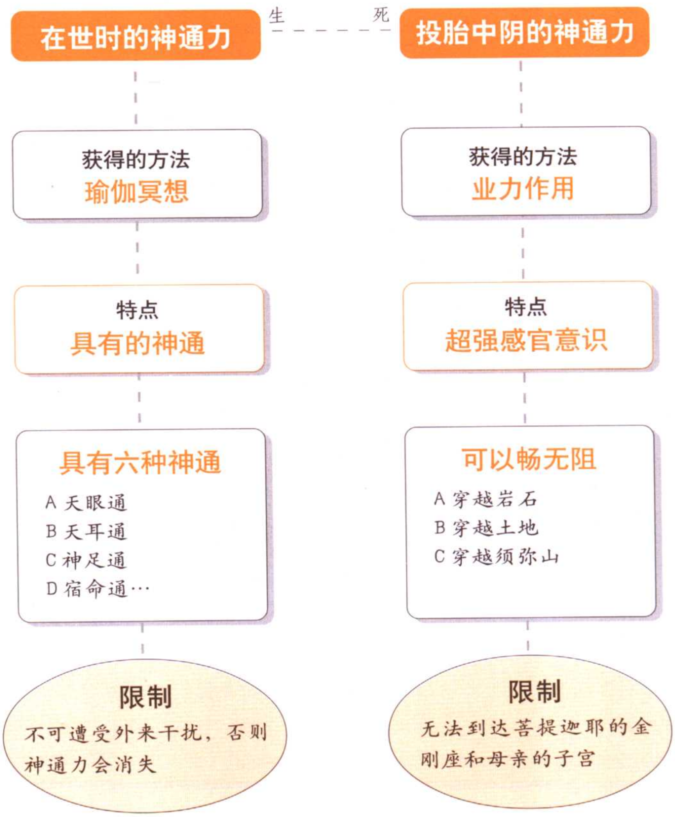
由于神通的力量非常神奇，可以使亡灵完成很多生前无法做到的事情，所以有些亡灵心中难免会生起贪念，在这种情况下，亡灵应该坚信一切都是虚幻的，并诚心祈求上师的庇佑。

（3）一心观想观世音菩萨，不受同类亡灵干扰

亡灵的净眼可以看到与自己同类的亡灵，而无法看到与自己不同类的亡灵。比如，将要投生到饿鬼道的亡灵可以看到其他将要在饿鬼道投生的亡灵。同样，将要去往六道中的同一道投生的亡灵将可以彼此相见。亡灵此时应清楚自己的处境，不要贪看彼此，应努力观想大悲观世音菩萨，企求他的护佑。

拥有神通力的两种方法

投胎中阴阶段亡灵会具有神通力，这种神通力只有在投胎中阴阶段才会具备，这是因为业力作用自然产生的。

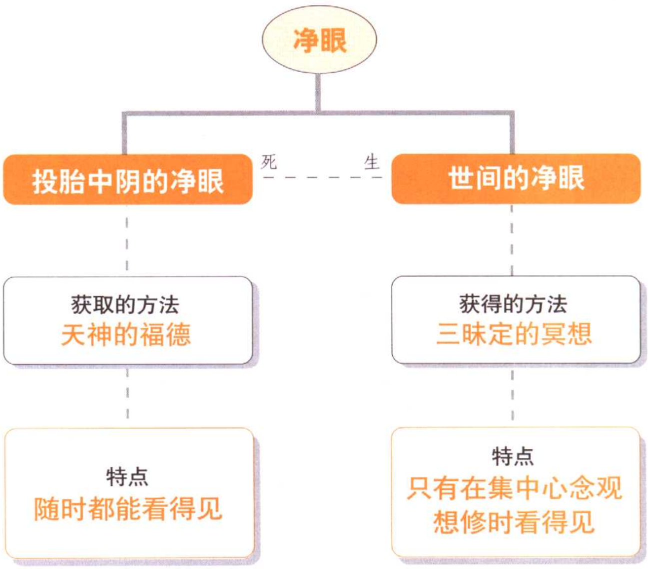


亡灵拥有神通力后的对策

1. 对种种虚幻变形的神通，千万**不要贪念执著。**
2. 如果贪念神通力量，必须立刻**祈求上师**庇护自己。
3. 当净眼可以见到同类的众生，必须观想**观世音菩萨。**

净眼区分

对亡灵而言，投胎中阴里的天道诸神拥有的净眼，与人世间有神通力量的瑜珈行者的净眼并不相同。



名词解释

三昧定

梵语samadhi，中文译为“三昧定”，其中包含“安置一起”与“形成心灵”的两个含意。简单说三昧定是指专心冥想，是一处完美的冥想与凝思，可被视为极高价的禅定观修。

洞穿神通的本质

许多人因为无法了解神通，所以生前就对神通十分仰慕。及至死后意识离开了身体，因而具有了很多的神通能力，便往往会飘飘然而被业力的幻景所迷惑，以致将自身的危险处境都给忘了。

神通有很多种。在佛法修持上，可以因修炼禅定而产生神通，可以因悲心而产生神通，可以因信心而生出神通，也可以因专修而得到某些神通。在修持无上瑜伽密部的圆满次第时，也会自然成就神通。神通本身其实并没有值得我们去赞叹的地方，只要修持某些佛教法门或外道，任何人在三个月内都可以成就一些小神通。然而对于正信的佛教徒来说，他们所真正追求的，乃是得到悲心、慈心及菩提心等证悟，并不会稀罕这些世俗的小能力。从佛法上来看，这些神通也并没有任何真正的意义。对于大修行者以及诸佛菩萨来说，他们能以慈悲之心配合以神通的能力来救度众生；然而对于我们这些凡夫俗子来说，神通的作用却是很有限的，它顶多只能为我们今生带来一些小利益，但对于成就佛境来说，却没有任何实际的帮助。所以，神通并不神秘，更不值得我们去仰慕追求。

既然如此，那么亡灵在投生中阴所具有的神通能力就更加不值一提了。这些神通都不过是业力作用的结果。亡灵此时应该意识到，自己正在被业力牵引着感知自己即将投生的世界，这是极为危险的。虽然六道的众生各自都拥有一些神通的能力，但这并不代表他们有任何的修持。比如在饿鬼道中，其中一些能够忆知自己的过去生；某些畜牲道的众生，则有身形变化的能力；生于天界的众生，则具有更大的力量。然而我们一定要知道，这些众生就算是再神通广大，也仍旧是受困于六道轮回中的凡俗众生，他们毕竟终未超出轮回的苦海。因此，这样的世界并不足以把我们的意识吸引，这样的神通也并不值得我们羡慕和贪恋。

众生要想获得真正的“神通”，道路只有一条，那就是依从《中阴闻教救度大法》的指导，努力前往没有痛苦的极乐世界。惟有超越轮回的苦难和煎熬，才是世界上最根本的神通啊！

投胎中阴的考验

七种险境幻相

在投胎中阴阶段，亡灵将要面临的是更为可怕、更为残酷的考验，在接连显现的各种险境幻相面前，只要亡灵牢记教法中给出的救“命”锦囊，将可以平安度过险境。

幻相1：亲人伤心，无法劝慰

神通能力使亡灵可以轻而易举到达任何地方。有时候，亡灵会流连徘徊于生前的故居，清楚地看到亲友为自己伤心哭泣，亡灵十分想要上前安慰，但是亲友却看不到亡灵，而且因为人类身上有气味，亡灵也无法过于亲近，因此亡灵的心中便会生出很大的悲伤和痛苦。

[救“命”锦囊]

亡灵应该意识到自己已经死去，所以痛苦和悲伤都已无济于事。要专心祈求上师的庇护，如果没有上师，则应祈请大悲观世音菩萨的庇佑，这样痛苦和无助的感觉就会自然消失。

幻相2：随风飘荡，无依无靠

投胎中阴亡灵的意识已经脱离了身躯，成为独立的意识体。当业风吹起的时候，这个意识体就会像秋天里的枯叶一般随风飘荡，无依无靠。亡灵不断地对亲人发出呼喊，然而却没有人理会它的存在。整个世界从早到晚都是灰蒙蒙的一片。亡灵就这样东飘西荡，无法停歇，直到投胎中阴结束。投胎中阴的痛苦经历一般会持续三周的时间，但是由于各人业力影响的不同，这个日数并不固定。

[救“命”锦囊]

视一切为幻景，不必感到痛苦。

幻相3：业风吼声，无法躲避

进入投胎中阴，业风的力量将表现得相当猛烈。它就像大雷雨前的狂风一般，从后面席卷而来，追赶着亡灵。而围绕在亡灵周围的，则是无边无际的黑暗和震耳欲聋的恐怖吼声。

[救“命”锦囊]

识认眼前的一切景象都是虚幻不真实的，不需要对此感到害怕。

面对投胎中阴的七种险境时的对策

	情境	因应对策
1	看到亲友在哭泣，却不能回应。	有上师时：祈请上师的庇护 无上师时：祈请观世音菩萨
2	如飞絮一般随业风飘零。	提醒亡灵不必迷茫。
3	猛烈业风带来的黑暗。	提醒亡灵不须害怕。
4	罗刹追捕， 狂风暴雨， 山崩地裂， 焰火燃烧。	认识到这一切都是幻景，都是贪嗔痴幻化的景象祈请观世音菩萨的庇护，祈请上师、三宝的庇护。
5	极度快乐， 幸福的感受。	遇到快乐情景，请不要有贪恋之心，并放弃一切执著，让心保持在无修不乱的大手印状态。
6	意识体还必须承受无法休息的痛苦。	这时不要做任何意念，只要让意识保持清净的心境。
7	想要有一个实在的身躯。	抛开追求肉体的念头，保持无为状态。

幻相4：遭遇追逐，无处逃脱

被重大恶业所牵累的人将会感受到更为恐怖的景象。他们会看到许多食肉的恶鬼手持各种武器在身后疯狂追杀，也会看到仿佛有无数的野兽在后面凶猛地追逐，甚至还会产生在一片无尽的黑暗和暴风雪中被一群魅影兵团追捕的可怕幻相。同时，他们的耳畔还会响起各种骇人的声响，有的仿佛山崩地裂，震耳欲聋；有的仿佛洪水泛滥，席卷而来；有的仿佛烈焰焚烧，摧枯拉朽；有的仿佛狂风骤起，声势浩大。亡灵此时会被眼前的幻景和耳畔的声响吓得四处奔逃，但是面前的道路又会被红色、黑色和白色的三道悬崖所阻断，这些悬崖实际上分别是人身贪、嗔、痴三毒所幻化出来的景象。

[救“命”锦囊]

首先，亡灵一定要认清出眼前所有的景象都是虚幻不真实的。尤其是横于面前的三道悬崖，乃是色身三毒所幻化的景象。

其次，亡灵应该专心观想大悲观世音菩萨，并在心里虔诚祷告：“大悲观世音菩萨，尊敬的上师和珍贵的三宝，祈请庇护我，使我不致堕入恶道。”

幻相5：幸福快乐与无痛无乐

与前面四种痛苦、恐怖的幻境恰成对比，那些生前虔诚礼佛，善业积累丰厚的人将会感受到完全不同的另一种境界。他们在进入投胎中阴以后，各种圆满的享受将会共同在心中生起，亡灵将会体验到一种圆满的快乐和幸福。

还有一些生前既不曾行善，也没有做恶的人，这些人将在投胎中阴体验到一种既不痛苦也不快乐的麻木感受，他们的内心处于一种茫然无知的混沌状态。

[救“命”锦囊]

(1) 对于体验到圆满的快乐和幸福的亡灵来说，应该认清当前的快乐和幸福都是空性，不要受到吸引和诱惑，也千万不要产生贪恋之心。此时应该专心地祷告，把这种喜悦的感觉当作自己的上师和珍贵的三宝的供养。然后试着逐渐放弃心中所生起的执著和贪念。

(2) 对于那些处于不痛也不乐的麻木混沌状态中的亡灵来说，此时最重要也是最为有效的办法就是让心保持在无修不乱的大手印境界之中。

幻相6：疲劳赶路，无法停歇

亡灵的意识体在业风之中随处飘荡，使他感觉非常疲惫，于是亡灵渴望能

七种险境幻相1

罗刹追捕，狂风暴雨，山崩地裂，焰火燃烧

认识到这一切都是幻景，都是贪嗔痴幻化的景象。祈请观世音菩萨的庇护，祈请上师、三宝的庇护。

看到亲友在哭泣，却不能回应

有上师时：祈请上师的庇护。

无上师时：祈请观世音菩萨。



猛烈业风带来的黑暗

提醒亡灵不须害怕。

如飞絮一般随业风飘零

提醒亡灵不必迷茫。

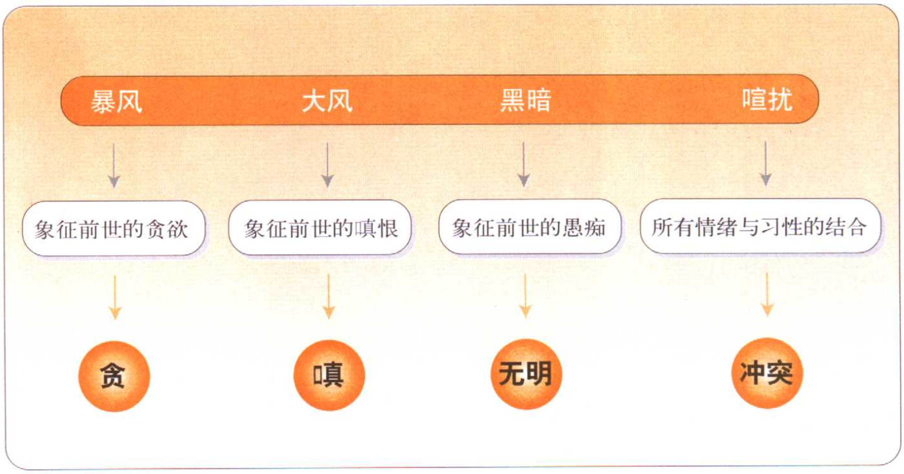
够找一个地方歇息一会儿，但是亡灵无论在哪里都无法长久停留，他就像风中的树叶一样飘来荡去，无法停歇。此时亡灵的心中会生起一种强烈的痛苦、无助与绝望的感觉。

[救“命”锦囊]

不要执著于眼前之境，只要做到无念无想，让意识安住在纯净的内心之中，自心便是最好的休息之地。

幻相7：寻求躯体，无法实现

投胎中阴亡灵的处境非常无助：没有根地飘荡，无处停歇，找不到固定的朋友，也找不到任何的食物。在这种情况下，亡灵开始想要找回自己原来的身体，因为脱离了躯体的意识体就如同离开树枝的树叶一样失去了根基。然而无论亡灵怎样努力也无法再次进入自己原来的躯体，因为进入投胎中阴以后，亡灵已经经历了至少十四天的法性中阴旅程，此时他的遗体早已经腐烂毁坏，或者火化为节节白骨，或者进入到鸟兽之腹了。原来的躯体已经无法再供亡灵使用，而亡灵又无法另外寻找其他适当的身体，绝望之情便会从亡灵心中顿生，亡灵此时将会体验到一种处于岩石夹缝之中的压迫感。



七种险境幻相 2



极度快乐，幸福的感受

遇到快乐情景，请不要有贪恋之心，并放弃一切执著，让心保持在无修不乱的大手印状态。

意识体还必须承受无法休息的痛苦

这时不要做任何意念，只要让意识保持清净的心境。

想要有一个实在的身躯

抛开追求肉体的念头，保持无为状态。

大审判开始了

善恶的冥界审判

如果亡灵在前面的险境幻相中无法获得领悟，那么接下来等待他的，将是阎罗法王主持的善恶冥界大审判。

在善恶大审判开始之前，读诵者应该依照下文进行读诵，对亡灵加以提醒。

尊贵的某某，因为业力的作用以至于您到现在依然在此承受苦难。这并不能迁怒他人，一切都是自己业力所造成的。请不断祈请三宝，他们会施予庇佑的。如果不知如何祈请，也不懂得大手印教法，又不知道如何呼唤自己的本尊守护神，那么善业与恶业的审判即将开始。

善恶审判正式开始

1、白黑石子计算善恶

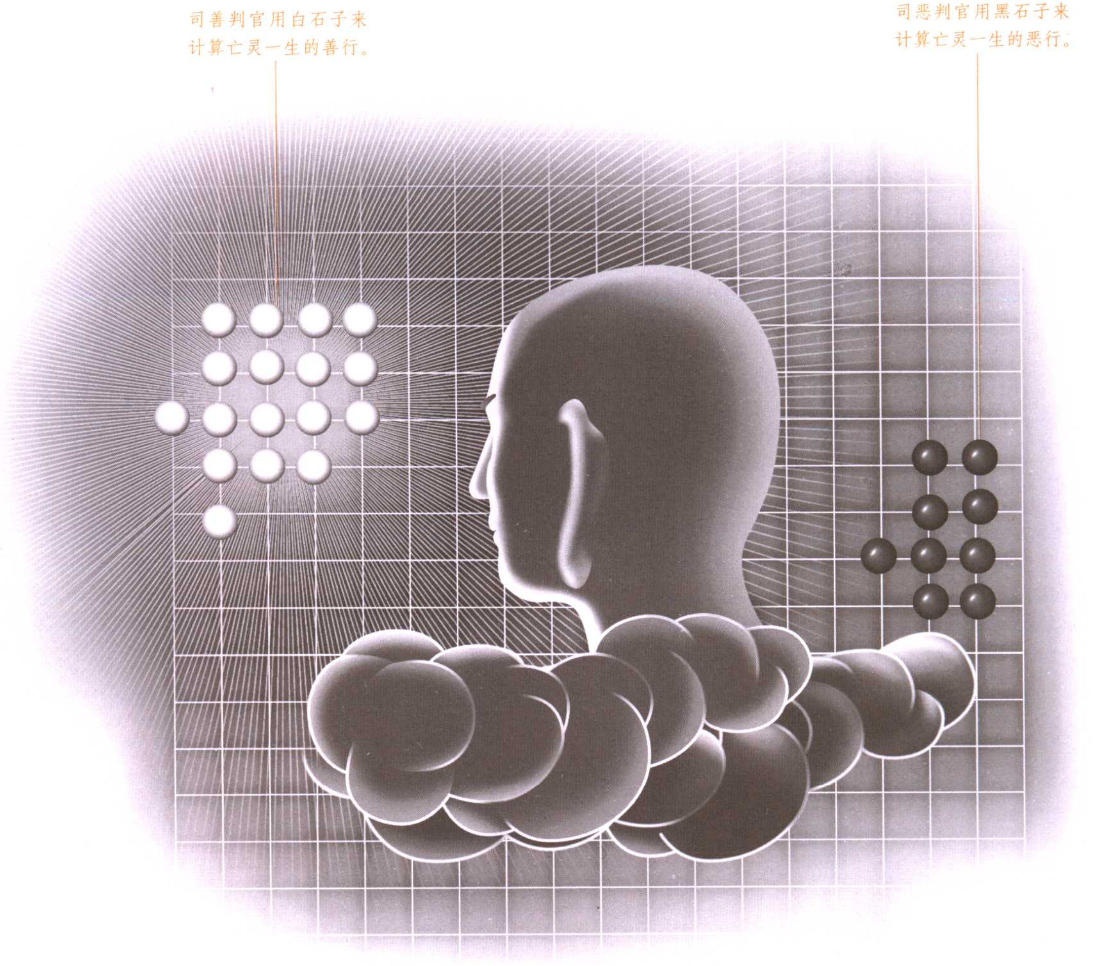
善恶审判开始以后，会有司善判官和司恶判官来为亡灵计算生前的善恶业行。司善判官用白石子来表示亡灵一生的善行，而司恶判官则用黑石子来表示他一生的恶行，最后将两种石子分别放在天平的两端，比较善恶。亡灵在面对这种情况的时候，通常会感到非常的惊慌、畏惧和恐怖，以至于浑身战栗，于是就会试图说谎，否认自己曾经做过那样的恶事。然而说谎掩饰是没有用的，这时候阎罗法王会说："让我们来用业镜查看吧！"

2、业镜中生前言行一览无余

当亡灵向业镜中看去时，其生前的每一个善行和恶行，都清清楚楚地映现在其中，丝毫不爽。这时，亡灵将无法辩驳，只好乖乖地等待阎罗法王的惩罚。对于说谎的人，阎罗法王会命令凶狠的狱卒用绳索将亡灵的脖子套住，将他拖开，并砍下他的脑袋，将他的心脏和胃肠统统掏出，吸吮他的脑髓，喝尽他的血液，咀嚼他的肌肉，啃噬他的骨头。亡灵这时求生不得，求死也不能，因为他的身体即使是被剁碎了，不久以后也会活转过来。亡灵就这样反反复复、不断地体验这种被砍杀和撕咬的痛苦与折磨。

审判亡灵的情境1

在投胎中阴里亡灵要面对判官的审判，看其生前行善多还是行恶多。

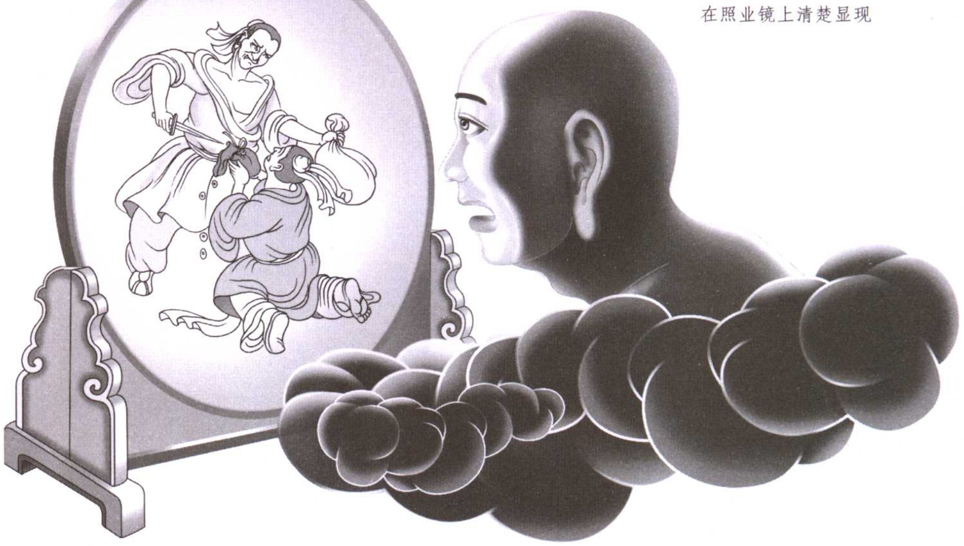


名词解释

业镜

又称净颇梨镜、业镜轮。即指幽冥界中，照视众生，以显现其所造恶业之镜。《地藏菩萨发心因缘十王经》云"业镜，一切众生共业增上镜。时阎魔王同生神簿、与人头见，亡人策发右绕令见，即于镜中现前生所作善福恶业，一切诸业各现形像，犹如对人见面眼耳。尔时同生神从座而起，合掌向佛，说是偈言我阎浮如见，今现与业镜，毫末无差别，质影同一相。"

审判亡灵的情境2



照业镜显现

生前的一切恶行和善行都会在照业镜上清楚显现

灵魂的拷问

俗话说：善有善报，恶有恶报。不是不报，时辰未到。进入投胎中阴的亡灵，就要开始接受善恶的大审判了。

善恶的审判以什么为标准呢？民间流传着一个宋朝卫仲达的故事。卫仲达三十几岁就被阎罗王抓去，在清查他一生中的善业与恶业的时候，表示罪业的黑石子摆了一堆，而记录善事的白石子却只有一个。卫仲达看到这种情形，心里很不服气，就问阎罗王：“我这么年轻，就算造了罪业，又哪里会有这么多？”

阎罗王告诉他：“罪业不必做出来，只要一起心一动念，鬼神就有记载，起个恶念就给你记一笔，所以造恶的石子才会摆了一大堆。”

他又问："那么我那颗白石子记录的是哪一桩善事呢？"

阎罗王告诉他："皇帝要兴建一个工程，这个工程劳民伤财，你出于真心，劝告皇帝不要建这个工程，这里记录的就是这件事。"

卫仲达质疑道："我虽然劝了皇帝，可是并没有奏效，工程还是照样建了。"

阎罗王说："如果皇帝采纳了你的建议，你的功德就更大了。虽然他没有听，但是你诚心诚意为民众，这一念真诚的善心是非常可贵的。"

于是阎罗王吩咐判官把他的善恶石子秤一秤，结果还是善重恶轻。

由此可见，起心动念出于真诚，利益众生，不为自己，绝对没有私心，这才是真善。相反，虽然表面上为别人，然而内心真正的目的还是为自己，这是恶，不是善。譬如当下有些人为了炒作自己的名声而搞慈善捐款，他们做善事最终的目的还是为自己，本质总没有离开自私自利，所以这些行为是不能用来积善的。而作恶却是在不知不觉之间的事情。人们生活在世间，眼见、耳闻、鼻嗅、舌尝、身触、意知的诱惑无处不在，从中生出各种执著，便会使得世间贪、嗔、痴等各种不善法漏入心中。世人无明，往往对此毫无察觉，因此，恶业就在不知不觉中积累起来了。

可见，人生在世，成一善念太难，而成一恶念则极为容易。我们应该在活着的时候有意识地规范自己的行为，时时警醒自己，不以恶小而为之，不以善小而不为，胸怀坦荡，这样死后面对善恶审判的时候，才能坦然而无愧于心。

在阎罗王的面前，任何亡灵都要接受灵魂的拷问，彼时人一生的善恶功过，将自有人来为我们评说。

如何面对审判

一切都是空性

亡灵如果在阎罗法王的面前说谎，就会受到严酷的惩罚，所以掩饰是没有用的。亡灵在接受审判之时不必惊慌惧怕，只要按照下面提供的救“命”锦囊去做，就可以平安度过险境。

救“命”锦囊1：了知一切皆属空性

亡灵应该了知自己此时的身躯乃是一种意识体，没有具体的实在，所以即使是被砍下了头颅，掏光了胃肠，也不会死掉。这个身躯的本质是一种空性，它是依靠习气累聚所成的，所以亡灵完全不必担心和恐惧。

另一方面，眼前的阎罗法王以及判官狱卒也不过是亡灵自己的幻觉所形成的影像。除了亡灵自己的幻觉以外，实际并没有阎罗判官这类的东西存在，这些东西的本质也是空性。两种空性的东西之间绝不可能构成伤害，这是亡灵首先要明确的。

救“命”锦囊2：努力进入三昧定境

首先，亡灵应该了知自己是在中阴的世界中，此时必须专心观修大手印三昧定境(the Samadhi of the Great Symbol)。如果亡灵不知道应该如何观修，那么就要认真地审视和分析使自己感到恐惧的那个东西的真性是什么。亡灵将会渐渐领悟出，事实上那并不能称为什么东西，只是一种空性，而这种空性就是法身(dharmakaya)。

其次，亡灵还需体悟这种空性并不是空无一物，而是只剩下赤裸真性的空性，只要用智光一照，这种真性就可以显现得更加澄明。这种明性就是报身(sambhogakaya)。

再次，亡灵还应进一步证悟明性与空性之不可分离。空性的本质是明性，而明性的本质是空性，二者不分，就是一种本然的智性，而这种智性便是“阿底之身”。

第四，“阿底之身”的力量可以毫无阻碍地将光芒照射在每一个地方，这就是化身（nirmanakaya)。

救“命”锦囊3：专心一意体悟四身

亡灵只要能够领悟上述的四身，就可以从其中的任何一身中获得圆满的解脱。所以亡灵需切记此时一定不要心识散乱。诸佛与众生之间的差别就在这一

审判亡灵的情境3

在投胎中阴阶段，亡灵心神是迷离的，无法秉静识认各种环境，就好像随时要跌入深潭一般，其实这一切都是由亡灵心识所发出的幻相而已。若亡灵能集中心神，专注领悟，便能获得圆满解脱。



刹那之间。如果亡灵在这个关键的时刻分心，那么就不知要再经历几世的磨难和考验才能够脱离这个无底的深渊。读诵者这时应该叮嘱亡灵加倍小心：

尊贵的某某，如果不知道如何依法观修，请忆念佛、法、僧三宝与观世音菩萨，并做祈祷。观想所有的恐怖幻相都是观世音菩萨或自己的本尊守护神。请记住自己生前灌顶时的法名以及上师的尊号，并将它告诉掌管死亡的阎罗法王。这样，就算是坠入深渊也不会受到伤害，所以无须害怕恐惧。

亡灵面对审判的三个对策

对策 1

领悟空性

因为没有实体的东西是不能被伤害的

所见的都是幻相

对策 2

观想大手印三昧定境

认真观想大手印，便会找出恐惧的根源

专注于一

对策 3

领悟四身

法身、报身、自性身（本初佛之心）、化身

能领悟四身中的一个，便能获得解脱。

四身与空性的关系

法身

空性没有本质。

报身

空性是清明的心

本初佛之心

空性的本质是明光，

空性与明光不可分割。

化身

空性的本质是慈悲。

名词解释

三昧定境

它是极深的禅定境界，简单地说当心中所有妄想与执著彻底停止时，心灵就会极度充沛。在此刻，可使物为心转，一切超乎常人的领悟，都会在三昧定境中引发。随自己的意愿利益众生，度脱无数，这样的境界就是三昧定境。

眼前所见皆是梦

审判的景象实在恐怖，但如果有人告诉我们，一切都不是真实的，只是噩梦一场而已，我们还会如此慌乱和迷离吗？

事实上，我们在中阴阶段所遇到的种种遭遇，都是由业感缘起所引发的，它们都出自于我们的内心，与梦境的确毫无两样。就拿我们所处的房子举例，对一般人而言，房子就是房子，是我们所居住的地方；但如果是一位天人在这里，他就会感到这里是天宫；反之，如果是饿鬼道的众生在这间房子里，他会感觉这里是一个没有水，也没有食物的沙漠；如果换成是一个地狱道的众生的话，那他看这房子，简直就是一口灼热而又恐怖的煎锅，他在里面饱受被烧、被煮的煎熬，身后还有无数的敌人追杀。同样的一间房子，业力不同的人却会生出不同的感受。可见，我们所感觉到的一切都是虚幻的，没有一点真实性。之所以会产生这样的幻觉，全是业力作用的结果。就像我们不同的人在不同的时间里会做不同的梦一样，一切皆是因缘的作用。

回忆一下我们在噩梦中的遭遇吧！我们可能梦到过恶鬼相逼，也可能梦到过身坠山崖，一切都像真实发生的一样，令我们胆战心惊，恐惧不已。只有醒来之后我们才会发现，原来一切都并不存在，这就是心识的迷惑。同样的，我们就是因为类似这样的迷惑，而误将中阴阶段的种种遭遇都当作是真实的存在，因而才会在审判的过程中饱受煎熬。

只要能够领悟出一切景象皆是空性，把眼前的幻景都当作是一场噩梦来看待，我们就不会再在大审判的面前如此苦恼。所谓“空”，就是放下对于一切真实存在的执著，是我们舍去了一切所得的真实，也是我们得到了一切之后的舍弃。因为我们对于空性的迷惑，已经使我们饱尝了轮回的苦痛，所以我们不能再让这种迷误继续下去。只要我们此时能够证悟一切诸法如梦如幻的本性，解脱之路就会立刻展现在我们的面前了。

面对贪欲与嗔恨念头的态度

心存喜悦与善念

如果亡灵无法把握前面的机会，那么紧接着就要体验一种忽然喜悦又忽然苦恼的情绪。这时亡灵保持喜悦和善念或是产生贪欲和嗔恨将会得到不同的结果。

心念所感，嗔恨即生

（1）发现亲属祭祀行为不规范

亡灵的亲属为了祭祀亡灵，也许会宰杀许多动物来致祭。亡灵在看到此种情景之后便会感到极为愤怒，产生嗔恨之心。当这种念头生起之时，亡灵便会一下子堕落到地狱道之中，几生几世都难以获得投生美好世界的机会。

正确态度：不论看到在世的亲属做出什么样的行为，亡灵都应该怀着敬爱之心来对待，不要让嗔恨心生起。

（2）看见生前财产被人占有

如果亡灵死后仍对自己的财产恋恋不舍，那么当他看到别人占有自己的财产时，就会感到非常痛苦，进而产生妒忌和恼恨财产继承人的情绪。这种嗔恨之心乃是亡灵的贪欲所造成的，将会使亡灵堕落到地狱道或饿鬼道等恶趣之中，所以是非常有害的。

正确态度：亡灵应该明白自己已无法享用世间的财产，所以不应再对它们怀有贪恋之情。不管自己的遗产由谁来继承，亡灵都应该观想是将它们用于供奉三宝和自己的上师，然后便可以安住在这种放下执著的境界之中。

（3）察觉丧礼仪式不如法

如果亲友在为亡灵举行丧礼或者消除恶业的仪式时，有一些不太如法的地方，比如主持的人神志昏沉散乱，戒行不净，或者有违三昧耶誓愿等等，亡灵因为具有了一定的神通能力，此时都能够敏锐地感知出来。这也使得他顿时感到非常不愉快，进而对教法产生疑惑，丧失了信心。这种情绪将会使亡灵坠入某种悲惨的境地之中。

正确态度：亡灵应该对于一切怀有慈悲包容之心。无论丧礼仪式做得多么不合法度，都应该在心中默想："佛陀的言教哪里会不合法度呢？一切都是因为我自己的心念不净！就像我在镜子里所看到的污点实际上是来自于我自己的脸上一样。为我行丧仪的法师，僧是他们的身体，法是他们的圣言，而佛陀就在他们的心中，因此，我要信任他们，在他们当中寻求庇护！"这样一想，亡灵就会重新充满信心和勇气。

避免堕落的要决：

（1）心念决定一切

亡灵的心念可以对其归宿产生关键性的影响。如果亡灵的亲属为其举行的丧仪纯正如法，并且不曾搀杂邪恶的行为，那么亡灵就会被主持仪式者身、口、意相一致的虔诚举动所感染，进而产生极大的敬意和喜悦之情。这样，即使亡灵本应投生在畜生、饿鬼、地狱三个恶趣之中，也可以因此而获得一个品级较高的投生之处。由此可见，亡灵在投生中阴最重要的就是要保持纯净的心念和虔诚的敬意，千万不要产生不洁或不敬的念头。

（2）祈请本尊守护神或大悲圣尊护佑

读诵者此时应该依照下文提示亡灵：

尊贵的某某，总结前文，您的意识正处在不稳定的中阴状态，没有任何依附，并且微弱多变。无论此时心中生起纯净的还是邪恶的念头，都会对微弱的意识体产生极大的影响。因此，不要在心中存有任何恶念，而要诚心地忆念生前的修行。假如不曾熟习禅定修持，那就以虔诚和纯净的心念祈请大悲圣尊，以及本尊守护神，并作以下的祈愿：

当我舍弃挚爱亲友独自迷离漂泊时，自我空性在业力作用之下显现而出。希望诸佛用慈悲的力量来护佑我，不让中阴的恐怖险境到来。当我承受恶业所带

升起善念的方法1

原本应该坠入恶道的亡灵，这时若能升起善念，便能投生到较好的地方。



观想生前的禅定修持，
心存喜悦和善念。



祈请观世音菩萨或本尊守护神

来的痛苦时，祈愿本尊守护神消除这一切的痛苦。当实相之音(the sound of dharmata)如雷鸣怒吼一般响起时，祈愿此声化成六字明咒。当我因业力所感没有护佑在身时，祈愿大悲圣尊前来庇佑我。当恶业积习带来了痛苦时，祈愿三昧定的喜悦与明光升起并照耀我身。

法性之音

法性之音千雷齐吼时，此时亡灵要将此祈愿为六字明咒，“唵，嘛，呢，叭，美、吽，”大悲圣尊观世音菩萨就会前来庇佑你。



宽容归净土，嗔恨下地狱

佛教认为嗔恨是人类心理的三大毒素之一。正如有句话所说：若为嗔渔夫，利钩所钩执，陷我入狱篓，定受狱卒煎。

嗔恨烦恼残害人们的过程，就像渔夫钓鱼一样。渔夫们钓鱼时，先把香喷喷的诱饵装在铁钩上，然后放在水中，鱼儿受不住诱惑去吞食诱饵时，便会被铁钩钩住，被渔夫拉上岸，装在鱼篓中。到了这个时候，贪食的鱼儿就只有等着受热锅煎炸的悲惨命运了。众生在轮回的过程中，又何尝不是如此呢？众生就像那鱼，轮回就如同河，贪、嗔、痴等烦恼就像渔夫，处处给轮回河流中的鱼儿垂下五欲的诱饵。人们一旦受到诱惑去吞食诱饵，就会被嗔恨等恶业的铁钩钩中，这时候那些烦恼渔夫便会毫不留情地将人们投进地狱，然后这些人就只有像案板上的鱼肉一样，等待狱卒的切剁和煎烧了。仔细想一想，嗔恨烦恼对众生的残害难道不是像这样的吗？比如亡灵在投胎中阴看到自己的遗产被分享，这种对于遗产的留恋就像是引人上当的诱饵，当自己为此而动心，与别人生起嗔恼时，便会为嗔恨渔夫的铁钩所中，即刻就会被抛入长劫难出的地狱了。

我们都亲眼见过活鱼在油锅里被煎炸的惨状，想到这个情景，多数人会感到非常畏惧。但一般人只知道畏惧这样的苦果，若是有智慧的人，则会畏惧它的“因”。《正法念处经》中说：“众生堕地狱，其因大嗔恨。”嗔恨是众生堕入地狱的苦因。因此我们一定要注意，平时经常用慈悲善良的甘露来滋润自心，以正知正念来调治自心，使自心慢慢软化。当嗔恨心将要生起时，想想歌利王砍了佛的膀子，而佛的第一个念头却是：如果我成佛，我首先度你。这是何等的气量！我们还没有被人砍了膀子，眼前的一点小事又算得了什么呢？这样一想，我们的心量就会扩大，什么事就都能包容下去了。

尤其是到了投胎中阴，心存宽容的善念，便能助我们往生佛国净土，而心生嗔恨的恶念则要进入万劫不复的地狱。何去何从便只在这一念之间了！

轮回六道业力的诱惑

前生身形的微弱，来生身形的明显

如果亡灵仍然无法获得证悟，那么从这时开始，其前世的身形将逐渐衰弱下去，而来世的身形将逐渐显现出来。同时从六道之中也会发射出各种光芒，诱惑亡灵投生。

六道放射光芒诱惑亡灵投生

如果亡灵无法在前面的经历中获得证悟，那么从这时开始，其前生的身形将会逐渐变得微弱暗淡，而来生的身形则会愈益清晰显明起来。因此亡灵就会在心里想："我现在的处境是多么的悲惨和痛苦啊！不管能够得到什么样的身体，我都要努力去找寻。"这种念头产生以后，亡灵就会不停地四处奔走，追求寻觅。而此时，轮回的六道也将向亡灵发射出各色的光芒，亡灵将会感应到他所要投生的那一处的光芒最为明亮。如果亡灵不明白其中的玄机，就会受其诱惑，堕落到轮回的深渊。因此，亡灵一定要仔细聆听下面的提示：

尊贵的某某，请听。灰白色之光是来自天道；浅绿色之光是来自阿修罗道；暗黄色之光是来自人道；暗蓝色之光是来自畜生道；暗红色之光是来自饿鬼道；雾烟一般的光芒是来自地狱道。那时，由于业力作用的牵引，你将会走向你将投生的那一道光芒之中。

抵制诱惑的方法

(1) 观想光芒为大悲圣尊

在这个时候，无论哪一道光芒对亡灵产生了吸引，都应该把它观想为大悲圣尊，无论那光芒来自于什么地方，都应该观想那个地方就在大悲圣尊之中。如此可以避免在六道之中投生。

(2) 观想本尊守护神

亡灵也可以认真观想自己的本尊守护神形象。这种观想要长时间地持续下去，直到把他观想得十分显明，而实际上他却是虚幻不真实的，那就是所谓的"净幻身"。接着，让心中的本尊守护神形象从外向内逐渐融化，直到消失不见，再将自己置于那个空无与光明的境界之中，并安住片刻。而后再次交替观想本尊守护神和明光之境，接着让自己的心识也从外向内逐渐化去。这时，亡灵的心识将充满整个虚空，而充满一切的心识就是法身。安住在这不生不灭的法身境界之中，将可以证得无生之果。

面对诱惑

在投胎中阴，六道将会发出各种光芒诱惑亡灵前去投胎。我们因贪、嗔、痴等烦恼而造作了种种业，业力因缘便会驱使我们感应其中的某种光芒，使我们继续轮回受苦。六道的诱惑就像是草原上的泥潭，看上去一片绿意，给人舒心的感觉，然而走过去，我们就会陷入其中，而且会越陷越深，最终没入底层。

面对眼前的诱惑，我们应该怎样做？我想，坦然应该是面对诱惑的最好心境。六道的光芒可谓绚丽多彩，然而我们必须时刻清楚究竟什么才是我们所要追求的。到达佛国净土应该是每一个亡灵坚定不移的信念，为了这个信念，我们一定要执著地走下去。眼前所出现的一切景象都不过是虚幻不实的，它们来自于我们受到蒙蔽和污染的内心，这一切都不足以将我们的灵魂吸引，所以，我们要以坚强的意志抵制诱惑、战胜诱惑。

战胜诱惑，还必须让自己的心灵充实。不是装满世俗的私心杂念，而是要充满对佛祖智慧的虔诚信仰以及对于净土之光明的无限渴求。让这些正知正念充实我们的内心，驱散诱惑我们走向堕落的妄念的阴霾。每一个众生都有责任使自己的心灵得到开悟，有义务让自己的灵魂走向佛祖为我们指引的圆满之路。执迷不悟是对自身灵魂的不负责任，更是对于佛祖之慈悲胸怀的亵渎和辜负。

整条中阴之路崎岖坎坷，诱惑的陷阱无处不在。这些诱惑就像是通向美好净土的一道道门槛，跨过某一道门槛，我们就可以欣赏到迷人的佛国净土风景，而如果每一道门槛我们都无法跨过，那么等待我们的，就只有六道的轮回了。所以，面对诱惑，切记一定要坚守自我。让坦然做一潭我们凝望的秋水，让信念做一个为我们指引方向的路标，让正知正念占据我们迷乱的心识，坚信佛陀的智慧必将带领我们永远脱离痛苦的轮回，去往那纯净而无忧的极乐世界。

升起善念的方法 2

亡灵在面对六道业力诱惑的要诀。

方法 1

冥想观世音菩萨（无论亡灵看到什么样的光芒，心中观想的就只是观世音菩萨）—**普通人**

方法 2

观修纯净幻身教法（观想自己的本尊，也就是一种虚幻没有实体的本尊，即“净幻身”）—**瑜伽修行者**

1. 观想净幻身
2. 将本尊融入空性
3. 置身于“明空”境界之中
4. 再次观想本尊
5. 再度观想明光
6. 交替进行观想本尊与明光
7. 安住在纯真状态与无我法身之中

如何抵制六道诱惑和避免投胎转世

关闭胎门

无法抵制六道光芒诱惑的亡灵，将会继续迷离而流落到胎门处，准备投胎。此时亡灵必须设法关闭胎门，刻不容缓。

如果亡灵不能在前面的教示中获得证悟，就会受到业力的感应，产生正在向上升起、正在向下降落，或者是沿着水平方向行进的感觉。这时候，亡灵应赶紧观想大悲观世音菩萨，在心中忆念不忘。而后，亡灵的面前将会显现如前所述的种种险境幻相，如猛烈的业风、无边的黑暗，以及幻影的追逐等等。亡灵会因为恐惧而惊慌四逃，生前没有积累善业功德的人，将会感到逃到更为痛苦的境地，而生前广聚善缘的人则会感觉抵达了十分愉悦的地方。这时候，亡灵所要投生部洲的景象将会显现在其面前。

亡灵此时应专心聆听教法的指导，因为即便是以前修行成果不佳的人也可以在此时领悟真相。阻止亡灵投胎的方法非常重要，概括来说主要有两种，其一是避免亡灵入胎；其二是关闭亡灵可能进入的胎门。具体方法分别介绍如下：

避免亡灵入胎的方法

首先要专心观想自己的本尊守护神，似有实无，就像水中之月、镜中之花，清清楚楚而又虚幻不实。如果没有自己的本尊守护神，就观想大悲观世音菩萨，以同样的方式静观于心。

然后再将如此观想而成的形象由外向内逐渐融化，并安住在那道空无而又光明的境界之中，无念无想。这一法门非常微妙，可以有效地避免亡灵入胎。

关闭胎门的方法

第一法：专心于善念

进入投胎中阴的亡灵，已经完全脱离了原来的血肉躯体，他在镜中无法照见自己的形貌，在光下也无法投射出自己的身影，此时的亡灵只是一个漂流在投胎中阴的意识体。因此，亡灵一定要集中所有的心思于一念，不可使心识散乱。就像用缰绳套住一匹狂躁的野马一样，心念朝向什么方向完全掌控在自己的手中。亡灵应努力摈弃诱惑其走向堕落的邪思妄念，而以生前所接受的佛法、教义等纯正的思想充斥于心，专心不二，这一点非常重要。

亡灵此刻正处于向上超升或向下沉沦的分水岭处，只要心识稍一分散，就会堕入无尽苦海。因此切记要专心一志，紧紧抓住善念的绳索。

阻止亡灵投胎的办法

无法抵御六道光芒的亡灵，不可避免要进入胎门准备投胎，此时亡灵应该设法关闭胎门。

方法 1 阻止亡灵走向胎门

- A 亡灵清楚观想自己的本尊守护神的形象
- B 如果没有本尊守护神，那可观想观世音菩萨
- C 观想本尊守护神的形象，由外向内逐渐化空
- D 以不含任何对象的方式去观想明光与空性

方法 2 关闭胎门

- **第一闭胎法** 专心于善念
- **第二闭胎法** 观想双修上师及双修本尊守护神
- **第三闭胎法** 舍弃爱憎之情
- **第四闭胎法** 领悟诸法如幻的本质
- **第五闭胎法** 观照内心法

为什么没有本尊，亡灵必须观想观世音菩萨

本尊是密教特殊的神祇，他代表瑜伽修行者与生俱来可以获得证悟的本质。一般本尊是由修行上师选定，其标准是依据个人的特性，以及相关修习的教法，观世音菩萨因为适合众生的习性，所以当没个别特定的本尊时，必须观想她为本尊守护神。

第二法：观想双修上师及双修本尊守护神

当亡灵启动第一闭胎法失败时，男女欢爱的景象将呈现在其眼前。亡灵如果受其吸引，就会导致投胎转世。在这危险的时刻，亡灵应谨慎按照第二闭胎法中的指示去做：

首先，亡灵应努力克制自己，不令自己被眼前的景象所吸引。只要亡灵把眼前的男女观想为自己的上师及其伴侣，并向他们虔诚地顶礼膜拜，表达自己的正信，恳请他们给以指示，那么就可以将胎门关闭。

其次，如果用上面的方法关闭胎门失败的话，就要马上观想上师父母为自己的本尊守护神或大悲观世音菩萨及其配偶一般。并且在观想之时献上自己的诚挚之心，虔诚地请求获得他们精神的指引。依照该法应该可以关闭胎门。

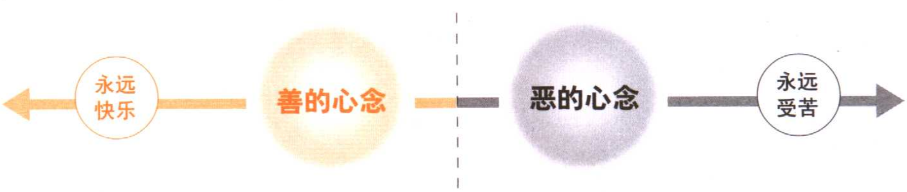
第三法：舍弃爱憎之情

如果亡灵因无法克制男女欢爱之景的诱惑而进入胎门的话，就将投生为人或者各种牲畜。将要投生为男身的亡灵会体验到作为男性的感觉，因而产生一种对于未来父亲的强烈痛恨和嫉妒之情，而对未来的母亲则会充满爱慕和好感；相反，将要投生为女身的亡灵会体验作为女性的感觉，因而产生一种憎恨、嫉妒母亲，而喜爱、依恋父亲的情绪。这种充满爱憎情绪的神识在当精子与卵子即将结合的时候，将会感受到一种与之俱生的快乐境界，而就是在这种境界之中，神识将突然之间昏迷过去，进入卵胎之中，并随之不断成长。当他重新诞生在世间之时，也许已经是一只狗，一头猪，或者昆虫野兽，受无尽苦难折磨，长劫难出了。

为了避免遭受如此厄运，亡灵一定要谨记以下第三闭胎法门，此法门的关键就在于远离爱恋与憎恨之心。

当爱憎的感情将要在心中生起时，亡灵应该这样告诉自己：

心念的力量



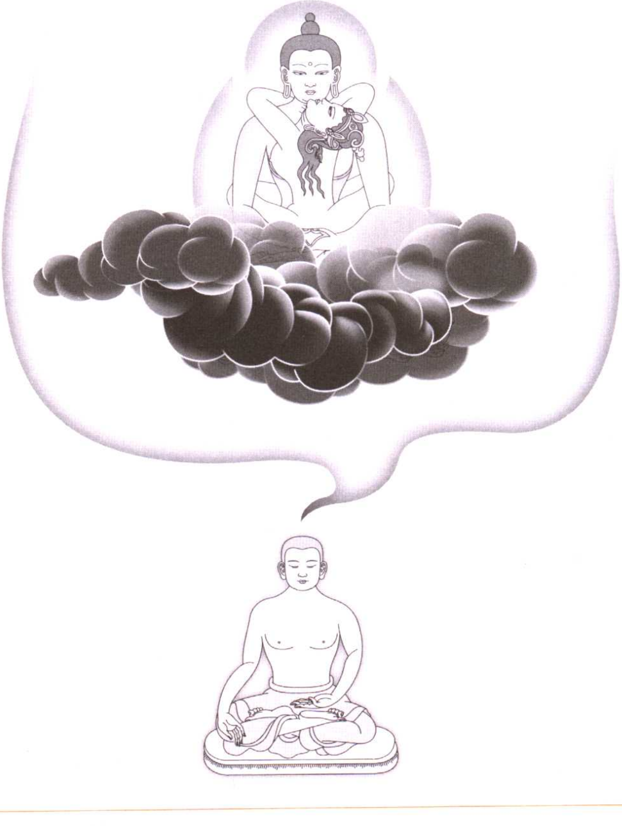
不要坠入欢爱男女幻相的陷阱

欢爱男女的幻相是引诱亡灵进入胎门的陷阱

↓ 破解方法

观想双修的上师或双修的观世音菩萨

（集中心念，以虔诚祈求供养）



唉！看来我真是恶业深重啊！我之所以在世间轮回迷离到今天，都是因为没有放下爱憎之心。如果我再让这种情绪持续下去，就要永远沉入轮回的苦海，受尽痛苦和折磨。所以，我决定从此不再接受爱憎之心的左右，及早回头，争取脱离这痛苦的深渊。

亡灵如果能够下定决心，并做到远离爱憎之情，就可以将胎门紧闭。

第四法：体认诸法如幻的本质

使用第四种闭胎法门，就是要领悟出眼前景象虚幻不实的本质。亡灵应该了悟，眼前所现的男女双身，还有恐怖的暴风骤雨，各种巨大的响声，面目狰狞的鬼怪，一切都是不真实的。不管它们看起来多么逼真，都没有自己的实体，只是出自亡灵自己的内心，同时也没有定性，不能够永恒存在。既然这样，为什么还要对这些虚妄之物迷恋执著呢？

亡灵因为一向未能悟出这些幻相的本质，以致将假象视为真实，在轮回的苦海里挣扎至今。如果亡灵此时能够获得证悟，将眼前之景当作梦幻、蜃景、水月、镜花，没有一样是真实的，没有一样可以永恒不变，没有一样不是来自于自己的内心，那么就可以超脱执无为有的愚昧。这样，一切的假象都将在亡灵纯净的意识之中消失，胎门也将自然而然关闭。

第五法：观照内心法

如果亡灵使用第四闭胎法失败，仍然无法将胎门关闭，那么就会感到即将堕入其中。这时候，亡灵应该赶紧使用观照内心法来关闭胎门。

观照内心法就是专心领悟自己心灵的本来状态的方法。自心的本性首先是空无而纯净的，无生无灭，而世间万物皆是内心所生。当亡灵领悟到自心的空无之后，进而就要安住于这种不生不灭的状态之中，放松思想，顺其自然，无论何种念头生起，都要观想它就像将水倒入水中一样。这样观想以后，心灵将会进入一种法尔本然的状态之中，不仅纯净，而且充满了光明。当亡灵领悟到自心空寂而妙明的本性以后，所有的胎门都将成功地关闭。

超常的神通帮助亡灵迅速领会教法指示

前面所述阻止亡灵投胎的方法都是十分精妙的法门，亡灵家属应该认真为其读诵以指引亡灵的中阴旅程。基于下列五种理由我们可以坚信，《中阴闻教救度大法》可以在亡灵死后对其命运产生深远的影响。

理由 1：感官知觉皆备

如前所述，亡灵在进入中阴阶段以后会自然具备某些神通，其中之一就是感官功能俱全，无论生前感官有何缺陷，都可以在此时恢复功能。这一点有助于亡灵接受教法指导。

理由 2：精力心识集中

亡灵在中阴世界会遭遇到许多险境和威胁，在这种孤独和无助的状态下，亡灵会全力抓住唯一的救命稻草，集中精力聆听读诵者的指导。

四种投生方式

任何处于轮回中的众生，都是经历了卵生、胎生、化生、湿生这四种投胎方式。

1 卵生 → 由卵体中诞生，如鸡鸭等。

2 胎生 → 由胚胎诞生，如人及牛羊等。

3 湿生 → 由湿气而生，如浮游生物，微生物等。

4 化生 → 由自然而生，如莲花生大师是由莲花中化生的。

名词解释

化生

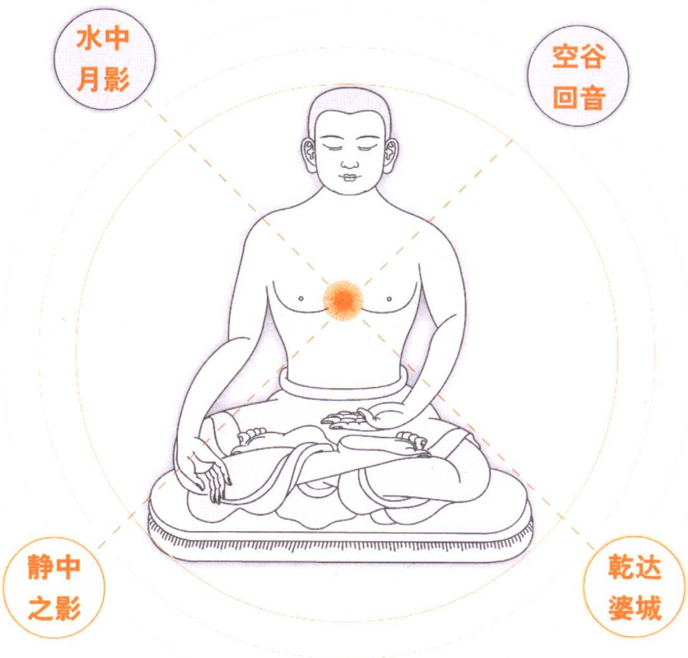
梵语（Upapaduka），简单地说是自然而生或者是不依附任何实体而生。化生类似怀胎十月的过程，这种诞生是发生在投胎中阴阶段的特殊现象。

理由 3：意识来去自由

投胎中阴的意识体已经完全脱离肉身，具备了来去自由的神通，因此可以方便聆听读诵者的指引。

四种虚妄梦境

这四种虚妄梦境全是由亡者心中所发出的。



名词解释

乾达婆城

梵语（Gsndharvas）原意为寻香城、蜃气楼，也就是眼睛看的到但实际并不存在的物体。在佛经中，乾达婆城被用来比喻事物虚幻无实。

理由 4：感知能力超常

投胎中阴意识体的感知能力超常，可以轻松接收到世间上师或读诵者的指导。

理由 5：理解能力倍增

投胎中阴亡灵的神识可以达到生前的九倍，因此其理解能力是世间之人所望尘莫及的。即使是原来资质愚钝的人，此时由于业力的作用也会变得无比聪慧灵敏，因此，对于读诵者的任何指导，亡灵都可以在当下领会并依法观修。

无念无想，才是良方

由于业力的作用，亡灵在胎门处将看到种种诱惑其进入胎门的景象。而这些景象同中阴阶段的其他景象一样，都是虚妄而不真实的。面对此景，只有做到无念无想，才是最好的方法。

无念无想不是要做到大脑一片空白，而是视眼前之景如海市蜃楼，除了一片水汽以外，别无他物。修行较高的佛教弟子往往能够做到将眼前的诱惑当作飞鸟过空，鸟儿虽然飞过了，但却没给天空留下任何痕迹。就像那个有名的故事中讲的，老和尚和小和尚一起过河，在岸边遇见一个过不去河的女施主。在女施主的求助下，老和尚坦然地将女子背过了河。小和尚在一旁看得心惊肉跳，走了一段路后终于忍不住发问："师父，您不是教导我们，出家人要六根清净吗？可您为什么还背着女色过河呢？"老和尚正色回答道："是呀，可是我早已经放下了，而你为什么还要背着呢？"

邪思妄念原本出自我们的内心，仔细想想，哪一个人不是因为在诱惑的面前动了念头，才被拉入无底的深潭的呢？倘使我们能够安静下来，转而关照自己的内心的话，那么我们就会在不断的内求中，逐渐找到那份难得的内心平静与安宁，以及与宇宙万物密不可分的亲切感。当这种感觉找到的时候，就再没有什么东西可以迷惑我们的心识了。

"入色界不被色惑，入声界不被声惑，入香界不被香惑，入味界不被味惑，入触界不被触惑"，这是修道之人所推崇的最高境界。如果能够具备这种清静超脱的心态，还有什么幻景我们不能够识破，还有什么关隘我们不能够度过呢？

如果无法阻止投胎轮回

教导亡灵慎选胎门

由于亡灵根器差别悬殊，业力积累有别，因此还会有很大一部分亡灵受恶业的牵累而无法避免投胎，对于这些亡灵来说，眼下最为要紧的就是谨慎选择投生的胎门。

此时，亡灵的家属应虔诚为其祈请诸佛菩萨的加持，读诵请求加被偈，然后呼唤亡灵名字三次，按照下文为其作读诵指引：

尊贵的某某，请听。尽管您已经依照前面的教法进行观修，但是至今还是不能领悟。如果你无法关闭胎门的话，那么选择一个身体来投生的时候就要到了。以下将要向您提示选择胎门的诀窍，请依照指示谨慎选择投生的胎门。请仔细聆听，集中注意力，不要分心。

尊贵的某某，您将投生之处的种种特征将显现在您的面前。请务必认出这些地方，仔细审视，选择一个投胎的地方。

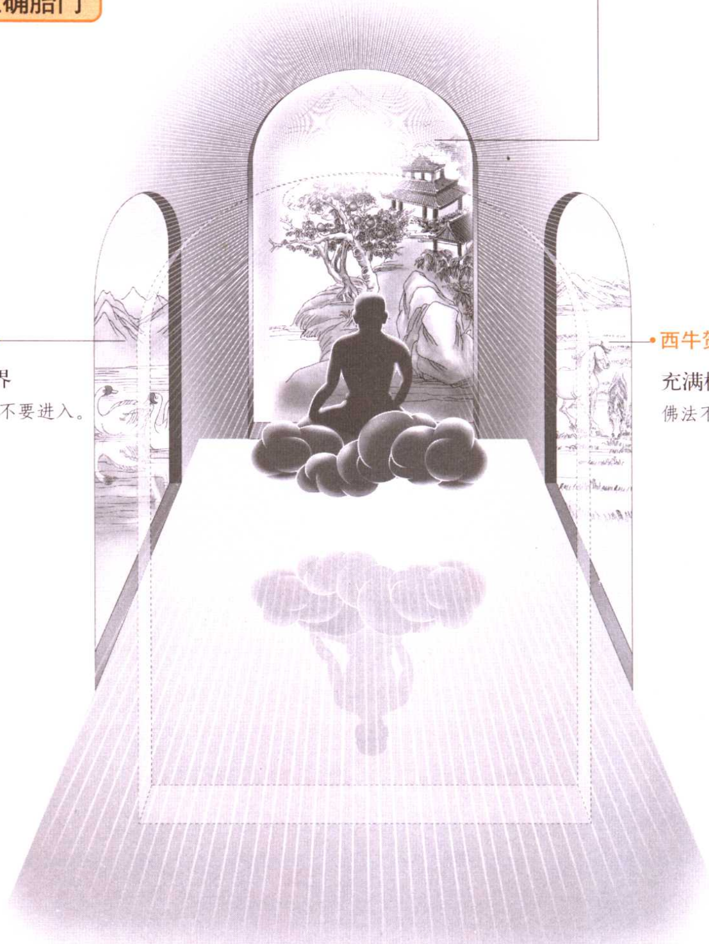
亡灵将要去往的投生之地是分别位于须弥山四周的四大洲，即东方的东胜神洲、南方的南赡部洲、西方的西牛贺洲、北方的北俱庐洲。四大洲的景况各不相同，接下来读诵者就要将这四大洲的景象逐一为亡灵描述如下：

尊贵的某某，假如您将要投生于东胜神洲，那么就会看见雌雄天鹅点缀在湖面之上，那个地方可以使您永享安乐，但却不兴佛法，因此请您一定避免往生彼处；假如您将投生于南赡部洲，那么就会看见有华美的屋舍排排坐落，那里就是您生前所居之地，如果因业力牵引不得不投胎，那么不妨前往那里投生；如果将要投生到西牛贺洲，那么您就会看到有雌雄牛马分散在湖边吃草，投生那里可以生活富足，但是因为不兴佛法，所以切记不可往生；如果您将要投生于北俱庐洲，那么就会看见有雌雄牲畜散布于丛林之中，投生彼处可以长寿延年，但是同样因为不兴佛法，所以请您不要前往。

选择

如果给你永远在地面上活动的自由或者许诺你将来拥有一双飞翔的翅膀，你会如何选择呢？如果让你做一个永远能讨到好酒食的乞丐或做一个经过努力后永远不必再乞食的人，你又会怎样选择呢？有些人较为注重眼前的利益，而有的人则永远都会胸怀最高的理想。

选择正确胎门



投生南瞻部洲与投生其他三洲相比，就如同等待翅膀或不再乞食与永远呆在地上享受讨来的好酒菜。虽然东胜神洲充满福乐，西牛贺洲生活富裕，北俱卢洲福寿非常，但是这些地方都没有佛法，又容易使人沉迷享乐，安于现状。相比之下，南瞻部洲的痛苦和挫折反而能够唤醒人们在佛法的指导下冲破轮回的禁锢，永获彻底的解脱。相比之下，一边是修习之后方可见到的云开月明，而三面都是一成不变的昏睡沉迷，何去何从，相信我们都能作出正确的选择。

进入轮回的世界

六道景象

无法开悟的亡灵将要投生到六道之中，继续轮回。所谓六道包括天道、阿修罗道、人道、畜生道、饿鬼道和地狱道，六道景象各有不同，而投生其中也将经历不同的处境。

天道景象

如果亡灵受业力牵引而感应天道，那么其眼前就会呈现出一排排金碧辉煌的雄伟宫殿，亡灵往生此道将可成为天神，因此不妨暂住于此。

阿修罗道景象

如果亡灵将要投生于阿修罗道，则会看到美丽的如意果树或者相背而旋的火圈，阿修罗道众生的妒忌心及嗔恨心都非常强烈，而且十分好战，经常要忍受在战斗中断肢受伤的痛苦，因此这里是一个讨厌的地方，亡灵不要往生此道。

畜生道景象

如果亡灵受到畜生道的招引，眼前将会显现雾气弥漫的岩石洞穴以及满是坑陷的地面，堕入畜生道将要忍受愚昧无明的痛苦，所以亡灵在此道面前一定要及时止步。

饿鬼道景象

如果亡灵面前显现的是一片寸草不生的荒原或者荒无人烟的沼泽地，那么这里便是饿鬼道了。投生饿鬼道将要变为饿鬼，忍受饥渴的痛苦，所以亡灵一定要远离这个可恶的地方。

地狱道景象

如果亡灵的耳畔传来凄切的歌声，并且受恶业的牵引而走入其中，看到黑白交错的房屋、遍地的陷阱以及昏暗不明的道路，那么这里就是令人毛骨悚然的地狱道。亡灵如果投生其中，就要下入地狱，忍受种种残酷的刑罚，长劫难出。地狱道是亡灵应该尽全力避免的投生之地。

天道、阿修罗道与人道通称为三乐趣

奇幻的六道景象

天道

见到珠宝为材的多层神殿

不妨暂且往生

阿修罗道

会看到美丽的树叶或相背旋转的火圈

这是个可恶的地方

拒绝前往这地方

人道

经中并未特别说明

畜生道

会看到充满雾气的山岩洞穴和稻草盖的茅屋

不要前往此道

地狱道

听到痛苦的歌声，走入彷徨无助的地方或走进黑色大地，白屋红屋交错，布满黑洞与黑路

尽全力避免

饿鬼道

会看倒树残干、黑形直竖、浅洞黑罩

这是个可恶的地方，要远离它不要前往

畜生道、饿鬼道与地狱道通称为三恶趣

不停的逃亡
索命鬼卒催逼入胎

正当亡灵在六道之前犹豫徘徊的时候，索命的鬼卒将出现在亡灵的面前，现出各种恐怖的凶相，逼迫亡灵仓促入胎。

亡灵的亲属这时应该在一旁对亡灵进行重要的提示，告诫亡灵提防鬼卒的逼迫。

索命鬼卒逼迫投胎

尊贵的某某，尽管您此时心中并不甘愿，但是在业报的索命鬼卒的驱使之下，您却只能被迫前进。当业报的鬼卒在后面追赶，索命的刀斧手在前面拖拉，四周布满了无尽的黑暗、猛烈的业风、喧嚣的声响以及扑面而来的雨雪冰雹等等恐怖景象时，您将会自然产生要逃避这一切的念头。

“安全”的避难所即是投生的母胎

在上述这种寻求庇护的念头产生以后，六道中的宫殿、岩穴、地洞、屋舍以及陷阱等等景象将会受到感应而显现在您眼前，于是您会在慌乱之中进入某一处躲避，心里想着：“现在出去一定会很危险。”因此便要久藏其中不敢复出，进而又会对所藏身的地方生出极大的眷恋之情。殊不知，您所选择的这些避难所实际上就是母胎或子宫，如果您因为害怕外面的恐怖险境而久居其中不敢复出，那么就会得到极为不利的转生，进而承受无穷的痛苦。

至于亡灵应该如何应对此时的险境，下一章将会提供详细的指引。



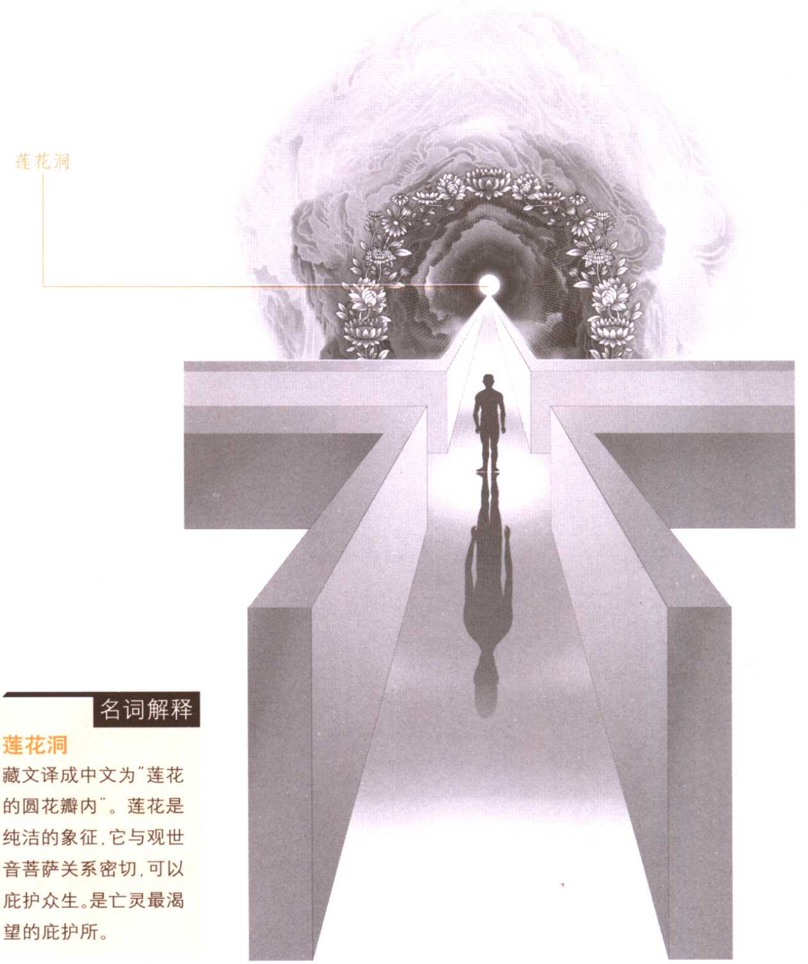
一失足成千古恨

索命的恶鬼是中阴世界最恐怖的考验，他变幻出各种狰狞可怖的嘴脸，来恐吓我们，威逼我们，就看我们迷离的神识是否仍然执迷不悟，看我们对于光明的渴求之心是否坚定不移。

我们在俗世之中已经接受了太多的考验。面对贿赂，能否坚持原则，保持气节，是操守对我们的考验；面对挫折，能否爬起来继续上路，是目标对我们的考验。在这些考验面前，如果我们选择失误，将会令我们得不偿失

寻找避难所

奇幻迷离的六道景象显现在眼前，其时最险迫的境遇才刚开始，索命饿鬼会想尽各种方法前后夹击，催逼入胎。此时的亡灵是最渴望庇护的，这时莲花圆洞会随着念头显现在眼前。亡灵要即刻躲入洞中。



名词解释

莲花洞

藏文译成中文为"莲花的圆花瓣内"。莲花是纯洁的象征，它与观世音菩萨关系密切，可以庇护众生。是亡灵最渴望的庇护所。

——贪财的名誉扫地，甚至赔上性命；脆弱的则会从此错失了成功的良机。然而这些都没有什么，浮世的功名利禄原本如过眼云烟，没有一样是真实的。可是中阴世界的考验却容不得半点失误，我们在此时的选择将影响我们以后的生生世世。天下没有回头路，慎防一失足成千古恨啊！

对付索命鬼卒

五种必胜法门

在索命鬼卒逼迫亡灵入胎的危难时刻，经中提示了五个非常有效的法门。

第一法门：观想忿怒诸尊

当面容狰狞的索命鬼卒在身后不停追赶亡灵的时候，最为有效的做法就是观想无上赫怒迦圣尊(Blessed Supreme Heruka)、马头明王(Hayagriva)、金刚手菩萨(Vajrapani)，或者自己的本尊守护神。他们将以宏伟的身形、粗壮的四肢以及威武可怖的忿怒面容震慑住眼前的索命鬼卒，并用慈悲和祈福的力量来化解所有的业障。这种加持力将能帮助亡灵脱离鬼卒的纠缠，获得选择投生胎门的机会。此法一定要牢记于心。

第二法门：观修空性大手印

如果亡灵能够修炼观空之定的大手印法门，将可以应对眼前的险境。当人们达到大手印至高无上的领悟状态以后，将能够体悟万物皆空、一切都是内心的反映和显现的道理。同样，无论是亡灵所观想的诸佛菩萨形象，还是其在中阴世界所见到的鬼怪魅影，一切都是亡灵心识的投射，它们既无具体存在的实体，又不可能保持永恒不变。因此，亡灵此时可以通过观修大手印法门，在意识中将眼前的恐怖幻景改变为对于自己有利的形象。此法也可以使亡灵重新获得选择投胎的机会。

第三法门：领悟万法如幻

如果亡灵尚未掌握大手印法门，也可以尝试观修万法如幻，也就是领悟万物虚幻不实的本质。此法亦能达到同样的效果。

第四法门：保持无念无为

如果亡灵使用前面几种法门失败的话，那么现在请保持在无为的状态之中，不作任何尝试，也不被任何东西吸引，一心观想自己的本尊守护神，如果没有本尊守护神则观想观世音菩萨，这样将可以证得报身佛果。

第五法门：观想马头明王

当索命鬼卒逼迫亡灵入胎之时，一心观想马头明王将可以获得一次选择胎生或者化生的机会。

对抗饿鬼的五种法门

第1法门 观想无上赫怒迦圣尊、马头明王、金刚手菩萨，或自己的本尊守护神。

第2法门 大手印法门，以三昧定的力量对抗意识体凝聚的负面能量。

第3法门 观修如幻不宝，或本尊守护神，或观世音菩萨。

第4法门 观想观世音菩萨或自己的本尊守护神。

第5法门 观修马头明王法。

给灵魂找一个家

疲惫的灵魂不能再继续东飘西荡，
索命的恶鬼已逼得它无处躲藏。
看，在那些所谓的“避难所”背后，
堕落的陷阱正张开它的血盆大口。
给无依无靠的灵魂找一个家吧！
那些肮脏的避难所绝不是灵魂的栖身之地，
纯洁的灵魂，应该安住在，
有诸佛菩萨守护，空明无染的自心里。

最后的选择

转识前往清净佛土

当索命鬼卒在身后逼迫时，亡灵千万不能草率入胎，观想马头明王将可以获得选择化生或者胎生的机会。

亡灵此时可以得到两种选择机会：其一是往生清净佛土，化生为一朵莲花；其二是进入不净的轮回胎门。本节来介绍如何选择往生净土。

如果亡灵决定选择往生净土，脱离不净的六道轮回，那么首先应该跟随读诵者诵念如下誓愿：

唉！我自无始以来，在生死的苦海中迷离沉沦，一直到了今天，不知历经了多少磨难和考验，这是多么令人苦恼的事啊！如今许多人都已经证得了佛果，而我却一直受到业障的牵累以及无明的蒙蔽，仍然无法获得解脱，这又是多么令人痛心的事啊！如今我已经厌倦了六道轮回，并且感到恐惧和恼恨，我已作好准备要脱离这生死轮回的苦海，我现在自愿如法而行，往生西方极乐世界，在阿弥陀佛座下的一朵盛开的莲花之中化生。

然后，亡灵要将这种信念殷切地集中于西方极乐世界，如此便可以达成所祈之愿望。同样，只要亡灵专心一志地祈愿导向，也可以随念往生于任何其他所向往的佛土。比如清净空行佛土、上胜妙乐佛土、众宝庄严佛土、无量莲花光焰佛土等等。注意要将自己的信念全部集中并且导向于所向往之地，不可分散。

如果亡灵希望往生于兜率净土，与慈氏弥勒菩萨结上善因缘，也可以用同样的方式集中信念，并且发愿道："我向往来到兜率净土慈氏弥勒菩萨的住处，而我现在所处的中阴世界正是往生那里的大好时机。"这样专心一志地发愿，就可以在弥勒菩萨座前的一朵莲花之中化生。

舍娑婆而往极乐

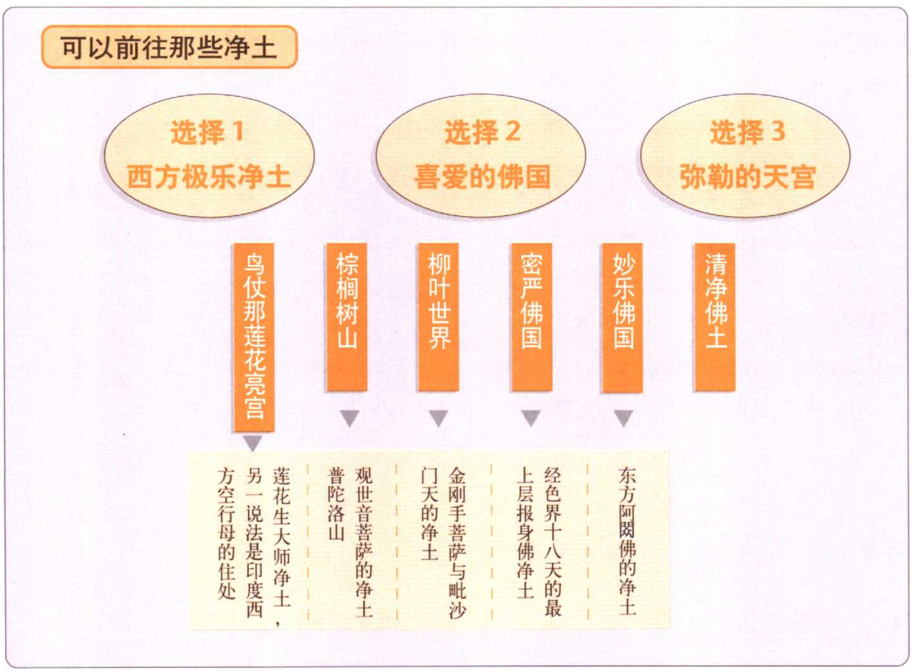
阿弥陀佛行菩萨道时，以无边的智慧，深入研究无边数量佛世界的功德因缘，经过无数长时间的思索，最终结成大愿，得出最圆满的极乐世界境界。那是为一切众生而做的最完美境界的世界。

极乐世界不仅环境优美，富丽堂皇，没有丘壑和尘秽，而且居住在那里的每个人的智慧、修养、能力都接近完美。那里人人平等，甚至每个人的容

貌都一模一样，都是美丽而圣洁的。那里每个人的皮肤都是金色的，没有肤色之别，所以也就不会有人世间的种族歧视。那里的每一个人在任何事情上都能心想事成：人们可以知道自己前世的任何大小事情及其因缘，能够知道所有世界一切众生的任何心理感受及其缘由，也可以一刹那间游尽观遍所有世界，将一切看得清清楚楚……

相比之下，我们当下所生活的这个娑婆世界却是苦乐参半的。由于过去积累的善根，有些人生下来就聪明睿智，或者投生在富足的人家，荣华富贵终生受用不尽；而有些人则被恶业所牵累，生下来就得废疾愚痴，或者投生在贫苦之家，一世都要为生活而劳苦奔波。大家同是生而为人，但各人的命运却相差悬殊。而只要身处轮回之中，就永远难逃这种善恶的果报。今天宰割牛羊的屠夫，怎么知道将来有一天不会转生为牛羊而任人宰割呢？善业得善报，恶业得恶报，如影相随，丝毫不爽。要想超越业报因缘的制约和束缚，就只有彻底脱离轮回的苦海，往生净土。只有亲见弥陀，闻法开悟，才能使自己永不堕落。

因此，以娑婆之极苦比之于西方之极乐，谁能不厌娑婆而欣极乐呢？



真的要投胎了

审慎选择胎门

决定选择继续投胎轮回的亡灵以及迁识往生净土失败的亡灵，还有那些在业障逼迫之下不得不投胎的亡灵，此时所要谨慎考虑的，就是如何正确选择投生胎门。

仔细审视

在亡灵选择投生胎门之前，首先一定要仔细审视将要投生之四大洲的景象，依据前面所描述的各洲特征，选择佛法兴盛的南赡部洲投生。这时亡灵一定要注意，由于业障的蒙蔽，其所要投生之处哪怕是一个肮脏龌龊的地方，也会向亡灵散发出一种悦人的香气，吸引其前去投生。因此亡灵一定不要轻易相信自己的直觉，其下一世的命运就要在这一刻决定。

虔诚发愿

在这选择投生的关键时刻，如前面一样殷切地祈愿同样也能得到有益的帮助。亡灵此时应该一心发愿要转生为宇宙之王，或者转生为像娑罗树一样利益众生的婆罗门，或者转生为有大德成就者的后代，或者投生在清白正信的家庭之中，并且在转生以后，将以自己所得之福报利益一切有情众生，助他们脱离苦海。只要亡灵抱定这样的信念，并且虔诚祈请诸佛菩萨，特别是大悲观世音菩萨以及自己的本尊守护神前来加持，那么将可以进入理想的胎门。

舍离爱憎

在选择胎门的过程中，亡灵一定要避免业力的干扰和诱惑。善胎在亡灵的眼中有可能会显出可厌的样子，而恶胎反而能够引起亡灵的好感，亡灵如果根据自己的喜好来进行选择的话，就会造成无法弥补的错误。因此对于亡灵来说，无论眼前所现之景给人什么样的感觉，都不要产生偏爱或者排斥的情绪，要以平和自然的心态来看待它，让心灵处于一种不含主观好恶之情的纯客观的状态之中，如此将可以获得良好的投生。

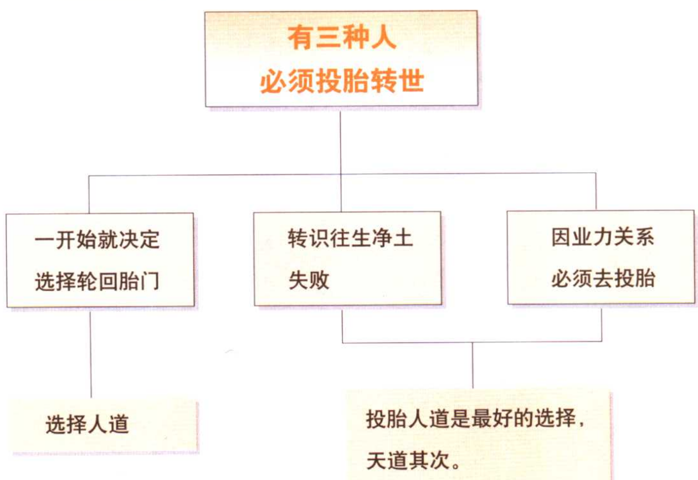
无取无舍，无爱无憎

生而为人，谁都会在情感上有亲有疏。在很多时候，对于一件事物的爱憎情绪经常会左右我们的判断力，使我们作出也许不太明智的选择。

据说当年有人向南泉普愿禅师请教什么是道，南泉的回答是：平常心是道。其所谓的平常心就是一切平等之心，就是要无爱无憎无取无舍无贪嗔拣择，只有抱有这样的心境来参禅，方能参透其中真谛。同样，我们无论想要在什么事情上作出正确的判断，都要首先去除我们心中既有的通过经验习得的思维定势，将一切外境视为水中之月、镜中之花，没有实体，不起执著，不生妄念，时时心空如洗，内不随念转，外不为境牵，进而达到神宁智清，灵光独耀，心境空明，如镜照物，无取无舍，无爱无憎的境界。

因为我们的自性本已具足一切，无所不有。本来清净，与佛无二。只要我们能够做到心空无染，那么是非真理自然就会显现于我们的眼前。相反，如果我们坚持要抱着一颗爱憎之心，凭着自己的好恶之情来作判断选择的话，那么就真可谓自欺欺人了。

哪些人一定要投胎转世



入畜生道时怎样转生人道

逆转情势的最后法宝

决定选择继续投胎轮回的亡灵以及迁识往生净土失败的亡灵，还有那些在业障逼迫之下不得不投胎的亡灵，此时所要谨慎考虑的，就是如何正确选择投生胎门。

在业障蒙蔽的胎门面前，只有那些修行较深的人才能够做到舍离爱憎、不偏不倚，而一般人则很容易受到直觉的误导。当此之时，亡灵应仔细聆听教法的指导。

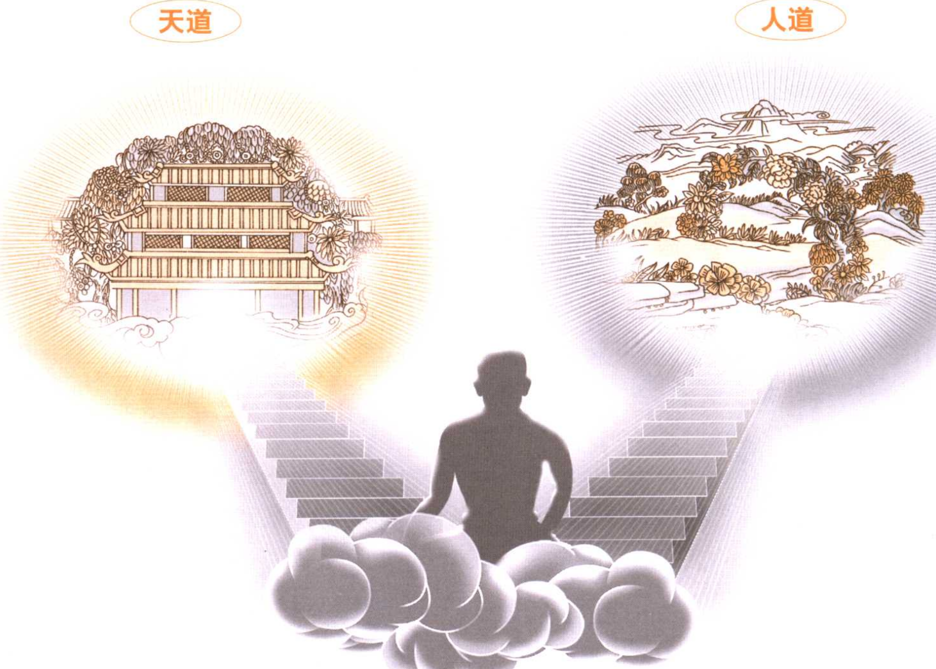
如果亡灵不能做到舍离好恶感情，同时生前又曾多行不善的话，那么此时将会感应畜生道的吸引，投生堕落为畜生。因此，亡灵的家属此时要一再呼唤亡灵的名字，提醒亡灵注意聆听下面的指导。

尊贵的某某，假如您不能去除自己的偏爱与憎恶之心，不能够正确选择投生的胎门的话，那么请在前面所描述的任何一种景象显现之时，虔诚地呼唤三宝，请求它们的加被。努力观想大悲观世音菩萨，并且义无反顾地朝他走去。您要了知自己此刻已身处中阴世界之中。请您抛开对世间子女或其他亲友的眷恋之情，他们此时已经无法给您任何的帮助了。请您走进天道的白色光芒之中，或者选择人道的黄色光芒，请您走进金银珠宝所装饰的宫殿之中，走进美丽愉悦的花园里面。

以上诵文的指导对亡灵来说非常重要，应反复诵读七次，可以提醒亡灵抓住最后的机会，不致堕落到万劫不复的三恶趣中。然后读诵者还要接着为其诵读以下四种偈文，即《祈请诸佛菩萨加被偈》、《祈求护免中阴恐怖善愿偈》、《祈求护免中阴险难善愿偈》、《六种中阴境界根本警策偈》，四种偈文各需读诵三遍。最后还要配合诵读《中阴贴身救度大法：五蕴之自发性解脱》以及《日常修习：无意识积习之自发性解脱》两种偈文各一遍。

逆转情势的最后法宝

亡灵由畜生道转而选择进入天道的白色光芒，可进入缀有珠宝神殿；或者选择人道的蓝色光芒，可进入喜悦的花园。



详释天道与人道

天道

佛经说，所谓的「天人」，其实就有三种，一种叫做「假名天」，也就是过着人王等帝王之家的生活；一种是「清净天」，就是修行到阿罗汉果位的行者，可以过着像清净天人一样的生活；第三种就是真正天道的有情众生，也就是所谓的「天人」。天道众生遍及欲界、色界及无色界等三界。其中在欲界有六欲天，色界有四禅十八天，无色界四天，共有二十八天。在天界的众生当中，欲界的六天还有男女之别，也有婚姻嫁娶，但是不像人间的男女关系。以他们满足欲望的方式而言，四大王天、忉利天是以气和合阴阳；焰摩天则只要互相靠近，兜率天藉着互相牵手，化自在天彼此深深对看，而他化自在天只要短暂的对视即是。而色界的众生则已经摆脱了对欲望的执著，只是尚未从形体的束缚中解脱。所以无论是居住的地方，或是本身的形体已经十分净妙，但是仍有形质。而他们与欲界众生最大的差异，是他们已经离了淫欲，只有清净微细的形色了。

人道

佛经说，人分别居住在东胜神洲、西牛贺洲、南瞻部洲、北俱庐洲等四洲。在《长阿含经》中叙述道，世界的中心是须弥山，四周有七金山围绕，七金山之外，则是浩瀚无边的咸海，四大洲即分散在此。四洲中居住着不同的人类，之间完全隔绝，互不相通。而我们亦即地球上的人类，则是居住在南瞻部洲，又名「阎浮提」。四洲的人各具特点，例如西牛贺洲以多牛、多羊、多珠玉为特点；东胜神洲的特色则是土地极广、极大、极妙，所谓极妙是指土地肥沃；而北俱庐洲的人没有肤色、种族优劣之差别，也没有忧悲啼哭，但这里是佛法中视为八难之一的地方，因为这里只有纯物欲的享受，而缺乏崇高的精神生活。而我们南瞻部洲的人，最大的特点，则是有无数的欲望，所以能造种种善、恶业行。

总结一

根器差别的六种解脱层次

根器不同的人的解脱之路也各不相同，按照从高级到低级的顺序可以分为六个层次。

最高层

最高根器的瑜伽修行者在临终中阴阶段就可以通过启动破瓦法将意识迁移到美好的净土。这一部分人将可以避免经历中阴世界里的各种险境和考验，直接证得解脱。

第二层

还有少数修行层次稍逊一筹的亡灵，可以在临终中阴明光显现之时体认明光，进而证得佛陀解脱的境界，同样避开了变幻莫测的中阴险境。

第三层

修行层次差于前两者的亡灵，将会进入接下来的十四天法性中阴考验，并在陆续显现的诸位寂静尊和忿怒尊面前，依据各自的修行功力以及业缘感应而在某个适当的时刻得到解脱。

第四层

有些人生前不修善缘，而恶业却累积深厚，他们会在业障的蒙蔽下一直游荡迷离到投胎中阴，投胎中阴的道路虽然更加艰险，但是《中阴闻教救度大法》中也详细地指示了多种应对方法。亡灵无论抓住哪一次机会都可以即刻证得解脱。

第五层

那些孽缘深重而无法在以上指导下获得体悟的人，将会被业障的幻觉逼迫到投胎的边缘。这时候，《中阴闻教救度大法》又明确作出了如何选择胎门的指示，只要亡灵能够依法作观，便可以提升自己投生的境界，避免堕落到三恶趣之中。

最低层

即便是那些即将堕入三恶趣中的愚蛮之人，也可以通过祈请三宝功德的加持，从恶趣之中脱离，获得投生人道的机会，以期在来世得以听闻圣尊上师传授正法，得到圆满的解脱。

解脱之路，殊途同归

众生因缘不同，根器也各有差异。只有悟性很高，同时又对修行充满了热诚和虔信的最上根器修行者才可以在临终中阴阶段通过破瓦法获得解脱。其余除了一些在修行能力和虔信方面次之的中等根器者以外，多数众生都只具有一般的资质和平凡的能力。这些人要怎样才能达到佛祖所指引的解脱之路呢？佛祖的圆满法对于不同根器的人具有不同的作用。佛法对于上等根器者来说是顿悟法，对于中根者来说是大圆满修行体系，而对于下根者来说则是烦恼心灵的避难所。佛法在心灵痛苦的信徒面前现慈悲法，能够使他们在红尘纷扰的社会里有一方心灵的栖息之地。任何众生不论根器高低，只要笃信佛法，便都有机会在这一世之中获得解脱。因为，信仰本身就是一种修行。

有这样一则故事：在佛陀的时代，有一位贫苦的老妇人，她常常看着别人供养佛陀和他的弟子，因此也十分希望能够拥有这样的供养机会。所以，她就出外行乞，但一天下来她只要到了一个小铜板。她拿着这个铜板去买灯油，油商告诉她，这么少的钱什么东西也买不到。然而老妇人诚恳地请求油商满足她供仰佛陀的愿望。油商被她的虔诚之心感动了，便把她所要的油给了她。她拿着这些油来到僧院，点了灯放在佛前，许愿说："慈悲的佛祖，虽然我只有这盏灯可以供养您，但是我希望能够通过这种供养获得智慧之灯，来解除一切众生的黑暗，净化他们的业障，引导他们开悟。"

当天晚上，其他灯的油都烧光了，只有那位乞丐妇女的灯一直烧到破晓时分。当僧院中的弟子看到那盏灯还点燃着，油满满的，并且有新灯蕊时，感到很惊奇，便试着将它吹熄，但是那盏灯却仍然继续燃着。他又用尽各种办法，可奇怪的是不管他怎样做，还是无法使那盏灯熄灭。这时候，佛陀在一旁说："你要熄灭那盏灯吗？那是办不到的。即使你把世界上所有的水都引来浇到这盏灯上，它还是不会熄灭。因为这盏灯是以诚心、清净心供养得来的，这种信仰本身就是一种巨大的功德。"于是佛陀为那位乞丐妇女授记将来化身灯光佛。

可见，大圆满法既简单又深奥。如果对自己的根本上师没有信心，对佛法不向往，对众生没有大悲心，这样无论我们怎样努力也无法获得解脱，就像不管阳光如何普照，盲人也无法看见一样。相反，只要对佛法和上师有强烈的向往和虔诚的信心，那么不论众生的修行次第如何，在争取解脱的道路上，都可以殊途同归。

总结二

聆听是获得解脱的关键

在中阴世界游荡的亡灵聆听《中阴闻教救度大法》的指导，就如同在本不相通的渠道上安装导管，可以使善缘加以延续。因此，聆听是亡灵获得解脱的关键。

无论恶业如何深重的人，都可以通过听闻《中阴闻教救度大法》而获得解脱，不至于求度无门。原因就在于，当慈悲的诸佛菩萨前来接引亡灵的时候，业障等负面影响力所形成的鬼怪以及其他幻景也相伴前来诱惑亡灵。一旦亡灵听闻了教法中的指引，就可以在心中形成正确的观念，明确如何来应对眼前的境况，因此便可以获得解脱。同时正如我们前面所讲，中阴世界中的亡灵很容易接受教法的指引。亡灵的意识脱离了躯体，可以摆脱肉身的束缚，自由地来往于任何地方，所以很容易受到感应，每当读诵者呼唤亡灵的名字，他都可以立刻前来听闻。又因为亡灵此时已具备了超强的感知能力，所以一经听闻了读诵的教法，就可以立刻心生领悟，并对其中阴之路产生影响。

因此，聆听《中阴闻教救度大法》将会对亡灵有极大的好处。听闻教法的指引，就像是用弹弓或者石弩投射石块，又像是利用水流的力量来运送木头，还可以比喻为用笼头来控制一匹烈马。总之，只要依照教法把握住中阴世界的关键和诀窍，就可以轻松实现圆满的解脱了。



聆听智慧的声音

当我们独自一人在异乡寻觅摸索的时候，如果能有一位好心的当地人来为我们指点迷津，该是一件多么幸运的事情啊！

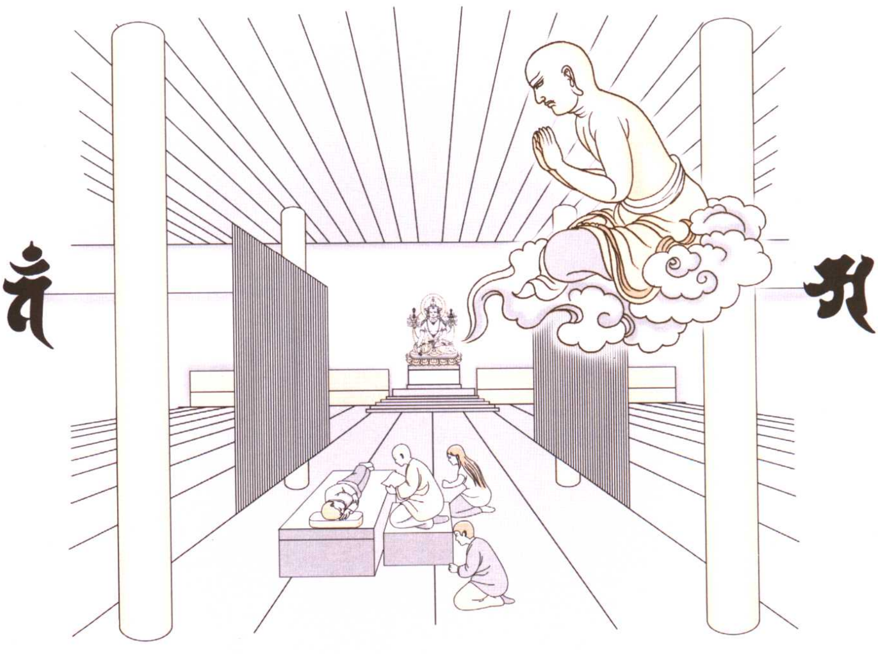
世界上的事总是当局者迷，就像我们在海滩上游泳，有时会因为游进了水面高度不及膝盖的浅水区而被迫必须站立起来，有时也会在行走时突然掉进沙地边缘外的深水区。而对于一个坐在海滩大楼阳台上的人来说，海面上哪里是浅水区，哪里是深水区，却都能够被他轻而易举地尽收眼底。仔细想来，世间芸芸众生又何尝不是在诸佛菩萨的注视下终日辛苦地摸爬滚打呢？我们盲目地追寻，营求，我们有时会不小心走进命运的沼泽而浑然无所知。佛陀的智慧已闪耀了千年，他一直致力于引领众生到达那片不死的海域。遗憾的是，我们中太多的人不是太过愚钝而无法听懂，就是根本没有时间去聆听。

世间拜佛的人很多，然而他们大多是把佛当作神来拜，希望佛能赐予他们实际的东西——名利、金钱、爱情、平安。但是佛不是神，他是获得了最妙、无上、无等智慧的人，佛是智慧的化身。佛的智慧是什么呢？佛云："实智慧者，则是度老病死海之坚牢船也，亦是无明黑暗之大明灯也，一切病者之良药也，伐烦恼树之利斧也。"佛的智慧能令是非山崩海枯，可使人我曲直俱焚。佛无不解，所以无困惑，既无困惑，则亦无痛苦，因此，佛的智慧即为极乐。

佛有无尽的慈悲之怀，希望将智慧传遍所有的心灵，愿度一切众生脱离轮回的苦海。然而佛却无法代替众生取得圆满，通往解脱的道路还得要我们自己去走。只要我们细心聆听佛陀的智慧，遵从教法的指引，让愚钝的心灵接受佛陀的开示，让智慧的光芒为我们驱散前行道路上的迷惘，那么往生净土与重归故里又能有多大的差别呢？

最后的聆听

在投胎中阴阶段，亡灵若能够仔细聆听上师的最后教导，便可延长善业力量的时效，因为此时亡灵是具备不可思议的神通力和超强的感通能力的，因此通过聆听可使亡灵瞬间获得领悟，最后的时刻获得解脱。



总结三

给亡灵家属和读诵者的最后嘱托

亡灵的家属和读诵者将会对亡灵的中阴旅程产生关键性的影响，因此，在《中阴闻教救度大法》的最后，又给出了几点重要的嘱托。

读诵的注意事项

(1) 当亲属死后，要立刻安排一位合适的人选在其遗体旁依法读诵，注意吐字应清晰准确，直到有血水和黄色的脓汁从其鼻孔流出。

(2) 注意读诵的过程中千万不可触碰其遗体。

(3) 举行诵法仪式的过程中不要进行杀生祭祀。

(4) 注意亲属不可以在读诵的现场哀号哭泣，以影响读诵的进行。

(5) 家人在此期间应多做善事，以替亡灵积累功德。

读诵的技巧

(1)《中阴闻教救度大法》本身就是非常好的教法，如果能够将其与其他的佛教经典配合读诵，将会发挥更大的效果。

(2) 每一个人都应该在平时经常练习读诵此教法，达到熟悉其字句含义的程度。

(3) 当预感到死期将至之时，如果临终者尚有余力读诵经文，那么最好是由其亲自读诵并观修。如果临终者已不具备此种力量的话，那么应选择适当的人选为其读诵，使其听闻领悟，同样可以达到解脱。

(4) 使用这部教法前不需要经过专门的训练，它是一部主要通过听闻的方式来走向解脱之路的殊胜法门。即便是恶业积累深重的人也可以通过教法的引导而获得解脱。因此，亡灵一定要将教法的内容牢记于心，无论遭遇何种险境都不要忘记，如此将可以在临终中阴证得佛果。即便是三世诸佛，也难以找到更为殊胜的教法。

让他们圆满离去

生命是一场短暂的旅行，人们热热闹闹地相遇，随后又各自匆匆忙忙地离去，谁也不能陪伴谁一辈子。当死亡降临到我们最亲近的人的身上的时候，除了悲伤和痛哭以外，我们是否已经意识到，我们可以抓紧时间为他们做很多有意义的事情，让他们圆满地、不留一点遗憾地离开？

死亡是人一生中最后一件大事，它对于一个人来说，决不仅仅意味着这一世的结束，死亡是一个机遇，也是一场选择，是一场轮回与解脱的选择，因为灵魂是不灭的。当我们的亲人咽下最后一口气时，他的灵魂并没有离我们而去，其心识正经受着如生龟脱壳一般的痛苦。我们所能做的，就是尽力减轻他们心灵的痛苦，为他们的心灵创造一个安宁、清净的环境。如果我们只顾悲泣眷恋，或者只图安排与死者无所裨益的虚浮场面，从而漠然忽视亡者心灵上的痛苦，就会使亡者枉受极大的悲惨，这岂不与我们的本意和初衷相违背吗？我们在哀伤痛惜那个曾经与我们一起亲密生活的躯体的同时，为什么不更多地为那个孤独无助的灵魂作一下打算呢？我们活着的人难道不应该帮助亡者，使他们的神识免受随善恶业力而升沉流转之苦，引导他们的神识出离三界而获得解脱自在之乐吗？

如果我们真心想要为死去的人做点什么，那么，就让我们来以虔诚之心为亡者助念，使他们心有所归，心有所依，不致像落叶一样在另一个世界里随风飘零；让我们来悉心地为他们做死后旅程的指引，使他们能够避开中阴世界的险境和磨难，领悟慈悲的净土明光，进而随佛往生西方极乐世界。我们应该相信，在那片没有烦恼，没有困惑，没有苦难，也没有罪恶的清净之土，故去的亲友将获得永恒的解脱和快乐。而终有一天，我们也必将在那里与所爱的人相见。

中有闻教得度密法（1945年赵洪铸译本）

第一卷　命尽中有与实相中有

敬礼

稽首法身　不可思议　无量光佛。
稽首报身　莲花安乐　忿怒部尊。
稽首应身　护佑有情　净圣莲生。
稽首本宗　三身上师。

导言

此中敷陈　“中有闻教　得度密法。”　凡智信士　在中有时
闻法顿获　心灵自由。　如是密法　计有三分。　修道次第　教言如题。
最后结述。　修道次第。　为诸有情　解脱根本。　先应循序　实练熟谙。

迁移神识

上智信士　学而时习　修道次第　必能脱去　生死束缚。　如不脱缚
则当命尽　中有之际　回忆生前　修习迁识　如法而行　自然解脱。
凡智信士　修菩提道　亦应能脱　生死束缚。　如不可能　应值中有
实相当前　恒心领受　“中有闻教　得度密法”
所以亡者　应先依照　“观察一切　死亡表征　自救教法”　周密观察
于将死身　逐渐发现　死亡特征。　观察完讫　当施迁识。　如教回忆
即可解缚。

诵法须知

迁移神识　施行有效　念诵本法　自无必要。　如属无效　当旁遗体
念诵本法。　诵时务须　正确明晰。
设无遗体　诵师应占　亡者生前　曾用床椅。　阐明此中　真实法力。
次当召唤　亡者灵魂。　思维亡者　如在谛听　然后开诵。　毋令亲友
号泣悲叹　不利亡魂　遗体如在　则当亡者　气绝之时　或由喇嘛
曾为亡者　生前导师。　或为亡者　信仰法侣。　或为亡者　生前密友。
附耳念诵　但毋触耳

诵法实施

力若能备　广大供养　亟应虔诚　敬奉三宝　此如不能　当就所有

不论何物　一心思维　视作广大　无限供养　敬礼加持。　次应念诵
偈文七遍　或廿一遍。　恳切祈求　诸佛菩萨　相助成就。　次念偈文
护佑亡者　中有之际　勿生恐怖。　再念偈文　拯出中有。　勿令亡者
因业堕落。　同时当诵　六种中有　警策偈语。　均应如教　清晰朗诵。
最后方念　本法七遍　或廿一遍　视所需要。　初令亡者　目睹自身
死亡特征。　次令明晰　记忆教言。　俾在中有　亲证实相。　亡者如在
中有求生　亦令如教　闭塞胎门。

第一章　命终之时　变化状态

命尽中有　初期明光

命尽中有　面对明光　导示如次。
或有闻法　未能领悟　或已领悟　不能熟识。　然诸有情　如已聆闻
修道次第。　再闻本法　顿时面对　根本明光　不入中有。　由此伟大
直上途径　立即证取　无生法身。
如能延致　亡者生前　灌顶上师　亲为诵法　最易成就。　如不可能
则可延请　同门法侣。　或延本宗　高明大德。　如仍不能　则可觅人
照书念诵。　正确清晰。　念诵遍数　多多益善。　于是亡者　定将记忆
前所闻法。　顿时证入　根本明光。　同时脱去　生死束缚。
亡者出息　已绝之时　身体灵热　必已沉入　智慧中脉。　(肉团心也)
能知之识　立时证验　本有明光。　此时灵热　既已下沉　必然流入
左右两脉。　中有状态　于此现前。　上来指示　应俟灵热　经过中脉
突入左脉　方适施用。　至于灵热　流动时间　须视亡者　吸息久暂。
或等常人　餐饭时间。
亡者生前　迁升神识　如已有效。　弥留之际　最为有益。　如未生效
当向亡者　训示如次。
尊贵佛裔。　(或呼其名)　尔若寻求　真实大道　时期已至。　尔气将绝
上师使尔　面对明光。　令在中有　尔将亲证　明光实相。　明光所被
一切空虚。　一如青天　万里无云。　尔之神识　无瑕无蔽　犹如真空
通体透明　无中无边。　此时尔应　认识明光　于中居住。　余亦同时
佐尔证入。
亡者出息　未绝之际　当附其耳　如是念诵　不计遍数。　深刻印入
亡者之心。　出气将绝　当令亡者　倾卧右侧　如为雄狮　睡眠之状。
紧压喉部　右边动脉　勿任跳跃。　设或亡者　欲入睡眠　或竟深入
睡眠状态　当令清醒。　一面轻压　喉部动脉　惟勿脱指。　灵热由此
得留中脉　不复下沉　必将经由　梵穴而出。　面对明光　自此实施。
此时有情　所见中有　最初明光　即系法身　无垢实相。　出息已绝
入息未绝。　在此时期　常人以为　识心已灭　其实灵热　尚停中脉

停留久暂　纯视体格　脉及灵热　或强或弱。　亡者生前　如于禅定

曾略习练　或具强脉　灵热停留　为时必久。

面对明光　开始之时　上来训言　应续念诵。　非俟亡者　身体各窍

黄液流出　不能停止。　如有亡者　生前作恶　或无强脉。　灵热停留

弹指之倾。　或亦等于　餐饭时间。　依照密教　修法普述　停留时期

三日有半。　其他密法　大都传述　四日为期。　遍此时期　导证明光

不得中辍。

如有亡者　能自觉察　死亡表征。　同时应能　证人明光　无须人佐。

如属不能　再延上师　或由格西　同门法侣　将应显现　死亡征象

次第详述。　活泼印入　亡者之识。　先当密语　重嘱如次。

地变为水　微象已至。

(附注)死亡征象　主要计三三。“地变为水”　体觉重压。　“水变为火”

体觉寒湿　如浸水中。　俄而寒湿　逐渐消失　变成潮热。

“火变为风”　此时似觉　体被风吹　成为微尘。　每次变象

身体外部　亦然显现。　例如面部　肌肉松弛　耳不能听

目亦失视　呼吸常喘　知觉旋失。　诵法喇嘛　熟谙情形

于中有身　脱离躯壳　所显现象　自能一一　认识无误。

死亡征象　毕现之际　应即附耳　细声密语　嘱令亡者　一心决定。

尊贵佛裔。　(如属僧侣　改称大德)　心毋狂乱。

亡者如为　同门信徒　或为常人　应呼其名　如是密语。

尊贵佛裔。　所谓死亡　今已临尔。　心中应作　如是决定。　“今兹报尽

命终之际　余应乘机　如此决定。　爱悯普益　无量世界　一切有情

精进不懈。　期获惟一　圆满佛道”。　当在亡后　实证中有　明光法身

普利众生。　心中既已　如上思维　应悟已证　明光法身。　定将获得

印地　最大利益。　同时应具　如是决心。　“纵余不能　实证明光

心已决定　认识中有。　并已了悟　中有实相。　愿于将来　现种种身

利益世界　种种有情，　有情不尽　我愿不尽。”　心持斯愿　勿稍游移。

对于生前　日常修持　礼佛功课　亦当一一　记忆勿忘。

念诵之时　务须附耳。　清晰嘱告　一一深印　亡者之识。　俾所持愿

刹那不离。　出息绝后　紧压亡者　睡眠之脉。　亡者如系　教理湛深

职位较崇　密教高僧　嘱告如次。

同门大德　尔正经历　根本明光　即应安住　明光之中。

亡者如非　同门法侣　则应密语。

尊贵佛裔。　(并呼其名)　注意谛听。　实体明光　灿烂四射　已现尔前

尔应认定。　复次佛裔。　尔所具智　实际本空　如质如色　同属空幻，

毫无具体。　此智即系　明光实相　普贤法界。　尔智虽空　切莫视作

无体之空。　其实此智　不遮不碍　光彩灿然　活泼泼地　愉快安适。

与清净识　普贤佛性　一般无二。　尔所具智　空无体相　不离净识。

二者契合　即达圆满　法身境界。　如是净识　光明真空　不离光体

不生不灭　亦即弥陀　无量光佛。上来足证　尔智真空　无非佛心。
亦即自有　清净本识。自当永久　安住佛心。
清晰念诵　三至七遍。能令亡者　回忆生前　上师秘传　甚深佛法。
次令得知　清净本色　即系明光。识光融和　法身亡者　永久契合。
生死束缚　必能解脱。

命尽中有　后期明光

上来念诵　完毕之后。明光显现　当可认识。生死束缚　亦可解脱。
设有亡者　茫不辨识　尚可证入　后期明光。出现之时　约等亡者
息绝之后　餐饭时间。

（附注）初期明光　即系实相　光亮法身。如因业力　不能辨识。
光色变暗　尚可凭藉。

初步明光　停留久暂　纯视亡者　身体各脉　或强或弱。或在生前
已否闻法。依人业力　或善或恶　灵热下流　或经右脉　或经左脉
或自梵穴　或自他孔　脱离身体。此后心地　豁然开朗。

（附注）灵热识体　离身之时　亡者即入　昏沉状态。此时已见
初期明光。昏沉略灭　所见明光　光色变暗。譬之击球
初跃甚高。再跃三跃　逐渐低落。终至落地　不能再起。
识体离身　亦然如此。初离上升　逐渐下沉。终因业力
托胎重生。

识体离身　即自设问　“今已死乎　抑尚未死”　大惑不解。
同时似睹　戚属友侣　一如生前。恸哭哀悼　并复听闻。斯时自身
业力所幻　可惧现象　尚未显现。地府主宰　所属鬼魅　恐怖境界
亦未出生。在此时期　亟须指导。
虔诚亡者　有已成就。有尚未成　仅能观像。如属前者　三呼其名
反复密诵　证悟明光　上来训语。如属后者　则当加诵　生前供奉
护佑之尊。观想仪轨　嘱告如次。
尊贵佛裔　尔应观想　（某某佛名）　护佑之尊。心毋虑乱。
一意虔诚　观想佛像。如水中月　虽无似有　视同具体。
深深印入　亡者之心。如系常人　则令观想　观自在像。如是诵念
纵令亡者　不证中有　决定认识　毫无疑义。
亡者生前　曾聆训示　面对明光　以未熟习　不能径自　辨识中有。
应由上师　或由同门　如法密语　活泼印入。
或有亡者　业已熟习　因病暴死　心灵不能　抗拒幻相。如是训语
至极需要。又如亡者　前虽熟习　宿愿未酬　受恩未报　以致堕入
可悯境界。上来训语　亦不可少。
初地中有　及时悟证　最为上乘。如不了悟　则当二地　中有期内。
亡者可藉　清晰念诵　恢复本智　解脱束缚。
二地中有　亡者之身　纯系幻体。不知自身　生死存亡。心地则已
豁然开朗。上来训语　念诵有效　子母实相　即时和合。有非业力

所可支配。　明光显现　业力消散。　譬如日出　黑暗顿除。

（附注）禅定所证　系子实相。　中有所证　平衡状态　即母实相。　二地中有　亡者之身　无非意识　能知之智。　流动所及　尚有范围。　此时念诵　如能奏效　所期目的　当可到达。　盖因此时　业力幻境　尚未现前　亡者不致　被迫流荡　舍离觉性。

第二章　实相中有　业力幻相

初地明光　虽未证入　如能辨别　二地明光　生死束缚　仍可解脱，如再不解　实相中有　立即显现。

实相中有　业力幻象　自此现前。　应即念诵　所需训语。　效率颇巨　利乐亡者。　此时亡者　已能目睹　所设供享　业已撤除。　返顾自身　裸无衣著。　生前卧室　亦在扫除。　同时听闻　亲属友好　哭泣哀悼。　目击亲友　并闻呼名。　试唤彼等　若未听闻。　中心懊恼　废然引逝。　此时所触　声色光线　心生畏怖　体复疲劳。　应令亡者　证入三地　中有实相。　并呼其名　清晰正确　念诵如次。

尊贵佛裔。　注意谛听。　心毋虑乱。

中有境界　可别为六。　初名处胎。　二为梦境。　三为禅定。　四系命尽。　五为实相。　六即投生。

尊贵佛裔。　尔应经过　命尽中有　实相中有　投生中有。　本日之前　尔已经历　命尽中有。　明光虽显　茫不辨识。　足以尔心　流动不定。　今当面对　实相中有。　并须经历　投生中有。　心毋狂乱。　谛听念诵。　及时悟证。

尊贵佛裔。　所谓死亡　今兹已临。　尔已身离　娑婆世界。　世界众生　难逃死亡。　尔亦如是。　切毋贪爱　意志不坚　执著生存。　纵令得生　不能久存。　流转生死　毫无所得　是以尘世　不可留恋。　意志坚定。　敬持三宝。

尊贵佛裔。　实相中有　如现任何　恐怖境界。　下文偈语　永久勿忘　心解其意。　切勿畏缩　认识中有。　根本秘诀　即在于是。

“实相中有　今现余前　余已证知　恐怖幻象　无非自识　反映而成。　亦即中有　自然现象。　畏怖之念　今已尽去。　是以值此　期求成就　重要时际　对于一切　自识变现　安乐忿怒　佛菩萨尊　余已决定　不复畏惧。”

尊贵佛裔。　尔应清晰　背诵偈文　心解其义　勇进不退。　不论任何　恐怖显现　决可认识　中有实相。　如是秘法　忆持勿忘。

尊贵佛裔。　身心分离　尔应已触　真实曙光。　微妙阴细　光芒射目　心为之悸。　恰如春天　无边景色。　海市蜃楼　闪动其中。　尔应镇定

心勿惊恐。 应知即系 自心发光。 此时实相 本有声音 自光浅出。
有如万千 雷鼓齐鸣。 此亦自身 所发之声 切勿惊惧。
尔现具身 纯系习气 意生之体。 此时既无 血肉具体 声色光线
不复伤尔。 如是现象 自识所成。 尔应认识 此即中有。
尊贵佛裔。 尔如不明 自识幻象。 纵令生前 曾习禅定 礼佛修持
此项诵法 如未听闻 现时所遇 声色光线 定生怖畏。 如复不明
本法要诀 不能认识 声色光线 原有实相 决定流转 生死海中
不可复出。

初周证入 安乐部尊

假令亡者 虽经迭次 导示本法 一如常人 为业所缚 历尽中有
四十九日。 最初周内 安乐部尊 次第现前 逐日所见 或须克服
苦难危急 有如下述。 依照经文 最初一日 约自亡后 三日有半
或自四日 以后计算。 在此期内 亡者已悟 身死离世 将求重生。

第一日诵法

尊贵佛裔。 尔已昏沉 三日有半 识觉恢复 尔将寻思 究在何处。
已入中有 应即安之。 斯时生死 正在流转。 所睹现象 无非光焰
无非佛像。 此时天空 蔚蓝晴明。 大日如来 遍体白色 身登狮座
手持法轮。 （计有八辐） 天空佛母 （按：依据丘扬·创巴仁波切的新译版本，此处译为“金刚虚空佛母”。）两手抱持。 出自中央 法界种土 现临尔前。
此即色蕴（按：依据丘扬·创巴仁波切的新译版本，实相中阴第一天出现的五蕴已更正为“识蕴”。） 法尔蓝光。 大日如来 现报身像。 胸射蓝色 法界智光
遍照尔身。 目为之眩。 同时天道 黯淡白光 亦临尔身。
如因恶业 目触蓝色 法界智光 即生畏怖 而欲逃避。 对于天道
惨淡白色 反生喜悦。
尔应对于 闪耀明亮 蓝色佛光 勿惊勿骇。 当知此即 法界智光。
坚定信仰 向光祈求。 心中思维 此光系自 大日如来 胸中发射。
中有危阱 藉是可出 此光可谓 如来恩光。
天道白光 慎勿贪爱。 如稍贪恋 尔将立时 身游天宫。 终沦六道
轮回之中。 解缚之道 自此即止。 是以尔应 坚具信心。 目睹蓝光
观想如见 大日如来。 随同诵者 虔诚祈祷。
无明束缚 流转生死 法界智光 炳然照耀。 谨恳如来 导引在前。
天空佛母 护佑于后。 安全经过 中有陷阱 终入究竟 圆觉佛地。

虔诚稽首 如上祈祷。 尔身将在 霓光轮中 交融流入 如来胸中。
立时获得 报身佛道。 住入中央 不退转土。

第二日诵法

最初一日 虽已导示 亡者或因 嗔怒业力 慑于佛光 而欲逃避。
惑于幻相 祈祷失效。 则第二日 金刚萨埵三 率领一切 随从菩萨

显现接引。　生前所造　应堕地狱　一切恶业　于时亦现。　此时应呼
亡者之名　念诵如次。
尊贵佛裔。　心无烦乱　一心谛听。　第二日者　水火净相（按：此处之“火”应是“火大”之笔误。）　发射白光。　不动如来　现报身像　金刚萨埵
遍身蓝色　持金刚杵　身登象座。　蓝衣佛母（按：依据丘扬·创巴仁波切的新译版本，此处更正为“佛眼佛母”。）　双手抱持。　地藏菩萨　弥勒菩萨
嬉舞女神　持花女神　前后拥护。　出自东方　最胜乐土　现临尔前。
金刚萨埵　现双身像。　胸射白色　圆镜智光。　透明灿烂　普照尔体
目为之眩。　此光即系　识蕴实相；（按：依据丘扬·创巴仁波切的新译版本，此处应为“色蕴”。）大圆镜智。　同时地狱　发射暗淡　灰色光线　亦来勾摄。
如因嗔业　目触白光　尔将畏怖　意欲逃遁。　对于地狱　暗淡灰光
反生喜欲。
应知白光　透明耀目　无非识蕴（按：此处应为“色蕴”。）
大圆镜智。　金刚萨埵三　恩光接引。　勿须恐怖。　虔诚信仰　心求庇护
礼拜祈祷。　尔应了悟　金刚萨埵三　白色佛光　前来接引。　光端如钩
钩尔出离　中有陷阱。
对于惨淡　地狱灰光　慎毋贪爱。　此尔生前　忿怒恶业　积集成力
吸入地狱。　如为所惑　定堕地狱。　受诸苦难　永不得出。　解缚之道
终为遮止。　是以尔应　心意坚定。　目避灰光　勿生嗔怒。
（附注）亡者目睹　戚属后嗣　争夺遗物。　或见僧侣　诵经争酬
必生嗔怒。　文中所戒　即系指此。
对于白光　应生信心。　观想如见　金刚萨埵　祈祷如次　“生前嗔业
流转生死　大圆镜智　照耀途次。　如来报身　金刚萨埵三　接引在前。
蓝衣佛母？（按：此处更正为“佛眼佛母”）护佑于后。安全使渡　中有陷阱。
终入究竟　圆满佛地。”
虔诚稽首　如是祈祷。　尔身将在　霓光轮中　交融流入　如来胸中。
立时成就　报身佛道。　住入东方　最胜乐土。

第三日诵法

或有亡者　恶业障重　我慢覆盖。　虽闻诵法　目击光钩　战栗逃避
则第三日　宝生如来　与其随从　菩萨神祇　在前接引。　人道发光
同时照耀　再呼其名　念诵如次。
尊贵佛裔。　一心谛听。　三日已临　地大本质　将发黄光。　宝生如来
周身黄色　手持宝物　身登马座　慧眼佛母（按：依据丘扬·创巴仁波切的新译版本，此处已更正为：“佛母玛玛基”。）双手抱持。
来自南方　光荣佛土　照耀尔身。
空藏普贤　两大菩萨　念珠女神　持香女神　六位共现　菩提之身
自霓光圈　显临尔前。　如是黄光　具足光球。　球之四周　众星环拱。
光芒四射　灿明闪灿　目为之眩。　此光即系　受蕴本质　平等性智。
旁有暗蓝　人道黄光　并行发射　径触尔心。

我见深故　睹此黄光　光耀眩目　定生战栗　意欲逃避。　对于人道
暗蓝黄光　反生喜悦。
应知黄光　透明耀目　受蕴实相。　心毋紧张　虔诚仰受。　尔虽未发
虔信祈祷　须知此光　即系自身　本识发射。　佛体与光　流入尔体
不可分离。　自此尔可　获得佛道　纵未辨识　自识之光。　尔应信仰
思维即为　宝生如来　所发恩光。　并应祈祷　求其护佑。　应知此系
宝生如来　恩光之钩　亟应信仰。
慎毋贪爱　人道所射　暗蓝黄光。　此系我见　强力积聚。　如为吸引
复生人道　生老病死　束缚仍存。　永不脱离　污浊尘世。　解缚之道
亦即终止。　切勿注视。　消除我见　断尽习气　勿为诱惑。　同时应信
眩目黄光。　一心无二　观想如见　宝生如来。　祈祷如次。
“我见业盛　流转生死。　平等智光　途次照耀。　宝生如来
接引在前。　慧眼佛母（按：此处已更正为“佛母玛玛基”。）
护佑于后。　安全使度　中有陷阱。　终入究竟　圆满佛地。”
虔诚稽首　如是祈祷。　尔身将在　霓光轮中　交融流入　如来胸中。
成就南方　光荣佛土　报身佛道。

第四日诵法

纵令亡者　智力薄弱　上来诵法　当使得度　毫无疑义。　间有亡者
虽已闻法　或因生前　罪业深重　未发宏愿。　或无慧根　不能领悟。
贪痴重业　幻成巨声　可怖烈光。　亡者畏惧　定欲逃避。　在此情景
弥陀如来　第四日间　与其随从　菩萨神祇　现前接引。　同时并有
贪吝所变　饿鬼道光　照临尔身。　再呼其名　诵念如次。
尊贵佛裔。　一心谛听。　今届四日　火大本质　将发红光。　弥陀如来
周身红色　手持莲花。　乘孔雀座。　白衣佛母　双手抱持。　复有观音
文殊菩萨　伽陀女神　持灯女神　现正觉身　来自西方　极乐世界。
自霓光中　照耀尔身。　弥陀如来　与其佛母　胸发红光。　光球四周
众星环拱。　光体透明　闪烁耀目　直入尔心　不敢逼视。　应知此系
想蕴本质　妙观察智。　勿生畏惧。
同时复有　饿鬼道光　暗红为色　并行发射。　勿生喜悦。　慎毋贪爱。
贪业重故　见此智光　心为之悸　意欲逃遁　反于暗红　饿鬼道光
心生欢喜。
红光透明　闪烁眩目。　应知此系　无分别智。　心毋畏惧。　应即辨识
虔诚信受。　尔身与光　交融不离。　立可成就　圆满佛道。
如不证悟　应作思维　弥陀恩光　余应皈依　稽首祈祷。　应知此系
弥陀如来　恩光之钩　信受勿遁。　纵尔逃避　光钩追随　不离尔身
切勿畏怖。　暗淡红色　饿鬼道光　勿为诱惑。　此系自身　贪著积业
反照尔身。　如再执著　尔将堕入　饿鬼道中。　饥饿奇渴　苦不能忍
超脱难期。　解缚之道　自兹终止。　足以对于　暗淡红光

慎勿贪恋。 摒除一切 积集习气。 决定信受 眩目红光。 一心敬仰
弥陀如来 与其佛母。 祈祷如次。
“贪业炽盛 流转生死。 无分别智 光现途次。 弥陀如来 接引在前。
白衣佛母 护佑于后。 安全使度 中有陷阱。 终究成就 圆满佛道。
虔诚稽首 如是祈祷。 尔身将在 霓光轮中 交融流入 弥陀如来
佛母胸中。 成就西方 极乐世界 报身佛道。

第五日诵法

上来诵法 亡者听闻 决定脱缚。 或有有情 累世积习。 未能摒除。
或因恶业 或因嫉妒 闻法之后 目击强光 耳闻巨声 定生战栗。
恩光之钩 不能追及。 四昼夜后 迷惘下坠。 不空如来 与其随从
菩萨神祇 发射恩光 前来接引。 嗔业所感 阿修罗道 同时发光
亦来吸引。 应再呼名 诵念如次。
尊贵佛裔。 一心谛听。 现届五日风大本质 将发绿光 照耀尔身。
不空如来 周身绿色 手中持有双金刚杵 身登鹏座。 救苦度母
(按：依据丘扬·创巴仁波切的新译版本译为：“贞信度佛母”，而《中有大闻解脱》的译者许明银认为就是绿度母。) 双手抱持。
金刚手尊 除盖障尊 散香女神 供养女神 六位俱现 菩提之身。
来自北方 无上妙行 成就佛土。 于霓光中 显临尔前。 不空如来
与其佛母 胸发绿光 具足光球。 四周复有 众星环拱。 透明闪烁
目为之眩。 直射尔心 不敢逼视。 当知此系 行蕴转变 成所作智。
亦即自身 本有之智。 勿生畏心 安住其中。
阿修罗道 暗绿嗔光 同时发射。 心毋偏倚 勿迎勿拒。 慧根如浅
切勿贪爱。
嗔业重故 目击绿光 心生战栗 意欲遁匿。 反于暗绿 修罗道光
心生喜爱。
绿色智光 透明耀目。 亟应认定 安住其中。 勿生畏怖。 心中或作
如是思维。 此光即系 不空如来 恩光之钩。 应即信受 勿畏勿惧。
纵尔逃遁 光亦追随 不离尔身 切勿恐怖。 对于绿色 修罗道光
勿生喜爱。 此系嫉妒 甚深业力 发光反照。 如为吸引 则将永坠
阿修罗道。 战争不已 苦不可耐。 解缚之道 自兹终止。 是以对于
暗绿之光 慎勿贪恋。 摒除积习。 决定信仰 眩目绿光。 一心禅定
祈仰如来 与其佛母。 祈祷如次。
“嗔业力重 流转生死。 成所作智 光现途次。 不空如来 导引在前。
救苦度母 (按：此处应译为：“贞信度佛母”或“绿度母”。)
护佑于后。 安全使度 中有陷阱。 终究成就 圆满佛道。”
如是虔诚 稽首祈祷。 尔身将在 霓光轮中 交融流入 不空如来
度母胸中。 立即获致 报身佛道。 居住北方 无上妙行 成就佛土。

第六日诵法

上来五日 逐日导示。 纵有轻微 业力牵引 应能证入 任何一尊

立登彼岸。 然有众生 迭闻诵法 终因强盛 妄执习气 并于正智
素乏谙习 或乏爱乐 将为自己 恶习所阻 懦缩不前。 诵法导示
不暇顾及。 恩光之钩 亦不能及。 反于绿光 畏惧惊怖。 徘徊歧路
更复下坠。
五方禅佛 现双身像。 各有随从 诸大菩萨。 旋即放光 协力加被。
同时六道 轮回业光 亦复放射 再呼其名 开始导示。
尊贵佛裔。 迄至日昨 五方佛尊 逐一放光 加被尔身。 以尔宿业
闻法不悟。 见光畏惧 因循徘徊 至于此时。 若尔了悟 五佛智光
自识流出 应已融入 五方禅佛 任何一尊 虹霓光轮。 顿时证得
报身佛道。 今兹尔应 一心谛视 五佛四智 合体之光 前来接引。
应善辨证。 尊贵佛裔。 今已六日 地水火风 四大本质 齐放光明。
大日如来 与其佛母 随从菩萨 来自中央 法界种土。 发光照耀。
金刚萨埵三 与其佛母 随从菩萨 来自东方 最胜乐土 发光照耀。
宝生如来 与其佛母 随从菩萨 来自南方 光荣佛土 发光照耀。
弥陀如来 与其佛母 随从菩萨 来自西方 极乐世界 发光照耀。
不空如来 与其佛母 随从菩萨 来自北方 无上妙行 成就佛土
霓光轮中 发光照耀。
尊贵佛裔。 大圆光内 五禅定佛 与其佛母。 大圆光外 四忿怒尊
四门守护。 胜利明王。 大威德尊。 马头明王。 甘露明王。 各有明妃
持钩持索 持铎持铃 天道之佛 无上威权。 修罗道佛 坚甲佛尊。
人道之佛 释迦雄狮。 畜生道佛 不动狮子。 饿鬼道佛 名曰焰口。
地狱道佛 号为法王。 上来守门 双身八尊 六道导师 与夫一切
胜利之尊 同时放光 照耀尔身。
普贤佛父 与其佛母。 十方诸佛 源所自出。 二尊亦来 放射光明。
如是具足 光荣威权 四十二尊。 出自尔心 净菩提性。 放光来摄
善自辨认。
尊贵佛裔。 此诸胜境 非在身外 出自尔心。 心之四隅 与心中央
形成五方。 自彼放光 照耀尔身。 彼之诸尊 亦非外来。 法尔存藏
自识体内。 是以尔应 如是了悟。 尊贵佛裔。 诸尊之体 非大非小
随感而现。 各有庄严 各陈光色 各具坐姿 各登宝座 所持标帜。
亦自各别。 如是诸尊 分成五聚。 每聚五尊 各现双身。 五聚周圈
有五光圈。 男身菩萨 形同佛父。 女身菩萨 形同佛母。 如是五聚
佛菩萨聚 集成整个 大曼陀罗。 向尔密集 放光摄照。 诸尊系尔
护佑之尊。 是以尔应 如是了悟。 尊贵佛裔。 五部双身 诸佛菩萨
各从胸间 放射四智 联体之光。 极度清净 有如日光 搓织成线。
照耀加被 并触尔心。
四智光线 今当详述。 法界性智 发射蓝光。 形同光球 有如反照
青蓝玉杯。 一一光球 周围各有 较小光球 灿烂闪明。 各小光球
并复绕有 更小光球 其数有五。 外层尚有 同色星光 为数亦五。

如此层层　周匝围绕　光线中心　光线边际　眩耀无比　照临尔前。
金刚萨埵　胸间发放　大圆镜智　白色光线　闪明眩耀。大小光球
层层围绕。一一光球　如镜反照。照临尔前。
宝生如来　胸间发放　平等性智　黄色光线。大小光球　层层围绕。
一一光球　形如反照　金色之杯。照临尔前。弥陀如来　胸间发放
妙观察智　红亮光线。大小光球　为数各五　层层围绕。一一光球
形如反照　珊瑚之杯。光线中心　与其边际　极度明耀　照临尔前。
四色光线　同时如是　径射尔心。
尊贵佛裔。各各光线　照临尔身。非自外来　自心映变　勿为吸引。
不可懦怯　亦毋畏惧。摄心入定　所现各相　所见各光　自与尔体
融合为一　证得佛道。
此时独无　成所作智　绿光照摄。尔之智能　犹未发达　不相应故。
尊贵佛裔。此即名为　四智合光。由是得达　金刚萨埵　引摄趣入
真空密道。
此时尔应　忆念生前　上师口授　甚深密法。如忆其义　当已辨识
各各光线　由心反映。如见故友　一望即知　深信不疑。又如游子
归认其母。
若尔信解　净圣实相　性无变异　心念平静　住于禅定。举体投合
圆满觉性。立时证得　报身佛道　不复退转。尊贵佛裔。四智联光
发射之时　六道轮回　不净幻光　同时亦射。彼光如何。盖即天道
微白之光。修罗之道　暗绿之光。人道所射　淡黄之光。畜道所射
蓝色淡光。饿鬼道射　淡红色光。地狱道射　烟雾之光。如是劣光
与四智光　同时集射。切勿恐惧　毋为所动。但自镇静　住于禅定。
如对清净　四智之光　心生怖畏。而于六道　所射秽光　反生爱著。
尔将投生　六道之中　任何一道。历尽生死　轮回痛苦　如是流转
生死海中　饱受苦恼　不能得出。尊贵佛裔，如在生前　未经上师
传授密法。于净智光　定生怖悸。六道秽物　反生贪著。慎勿如此。
竭诚信仰　眩耀智光　坚尔信心　并作思维。五方佛尊　大悲智光
前来摄引。悲愿度余　自当皈依。心毋为彼　六道不净　幻光牵引
一心敬礼　五方五部　佛父佛母。祈祷如次。
“五毒宿力　流转生死。四智合光　炳耀途次。胜利五尊　接引在前。
五部佛母　护佑于后。拯离六道　不净幻光　安全使渡　中有陷阱。
亟愿往生　五净佛土。”
如是祈祷　尔能认识　内心光明。与之融合　无二无别。顿证佛果。
寻常行者　虔诚信仰　亦可辨识　终获解脱。根性下劣　藉祈祷力
即能闭塞　六道之门。了然四智　合体实相。藉是摄入　金刚萨埵
真空密道　立证正觉。经过如是　详细指导。应解脱者　证入实相
获得解脱。如有最极　下劣根性　恶业过重　不喜奉教。复有劣根
于戒多犯。终因业力　幻相为障　虽聆导示　不辨实相。漂泊下坠。

第七日诵法

兹值七日 持明部尊 自圣乐土 前来接引。 嗔业所感 畜生道光
亦来钩摄。 此时诵法 应呼其名 嘱告如次。
尊贵佛裔。 一心谛听。 此第七日 诸净识种 各色光明 向尔放射。
持明部尊 同时接引。
曼陀罗中 霓光轮内 无上持明 莲花舞主。 亦可称为 成熟业果
无上持明。 同时放射 五色光明。 并有红色 空行天母 双手抱持。
无上持明 右手高举 持偃月刀。 (按：偃月刀指金刚钺刀。)
左手平托 人脑盖骨 (按：人脑盖骨应指人头颅钵。)满盛血液。
且舞且作 调伏定印 前来摄引。
曼陀罗东 地居持明。 身为白色 笑容可掬。 亦有白色 空行天母
双手抱持。 地居持明 右手高举 持偃月刀。 左手平托 人脑盖骨
满盛血液 且舞且作 调伏定印 前来摄引。
曼陀罗南 司寿持明。 身为黄色 笑容可掬。 亦有黄色 空行天母
双手抱持。 司寿持明 右手高举 持偃月刀。 左手平托 人脑盖骨
满贮血液。 且舞且作 调伏定印 前来摄引。
曼陀罗西 红色持明。 号大手印 笑容可掬。 亦有红色 空行天母
双手抱持。 持明之尊 右手高举 持偃月刀。 左手平托 人脑盖骨
满贮血液。 且舞且作 调伏定印 前来摄引。
曼陀罗北 绿色持明。 号自生成 半嗔半笑。 亦有绿色 空行天母
双手抱持。 持明之尊 右手高举 持偃月刀。 左手平托 人脑盖骨
满盛血液。 且舞且作 调伏定印 前来摄引。
曼陀罗外 持明之神。 四周绕有 八处寒林 空行天母。 四部三处
空行天母。 三十圣地 二十有四 朝参之地 空行天母。 无量数众
空行天母。 男女勇将。 天界甲士 护法神祇。 各各具足 六种骨饰。
并悬大鼓 腿骨号筒 脑盖法鼓 罗刹皮幡 人皮伞盖 人皮旗帜
人脂香膏。 无量数种 乐器齐鸣 大地震动。 发声之巨。 脑为眩晕。
作种种舞 接引正信 惩治不信。
尊贵佛裔。 清净识种 俱生之智 五色光芒 闪烁迷眩。 如五色线
灿烂透明。 荡漾天际 心为之悸。 将自持明 胸间放射 径触尔心。
光芒之锐 不敢正视。
浅蓝色光 来自畜道。 随同智光 照临尔身。 妄执力故 于五色光
心生悸栗 意欲逃避。 将为畜道 淡光吸引。 是以尔应 于彼智光
勿生怖畏。 须知即尔 本智光明。 智光明中 实相播音 千倍雷鸣。
如转巨石 四处响应。 音中且闻 喊杀之声。 又若真言 令人心惊。
勿畏勿遁 慎毋惊惧。 应知声即 内光智能。
对于畜道 淡蓝色光 勿为吸引 亦毋懦怯。 若为所惑 将堕畜道。
痴毒势盛 受尽劳役 聋哑愚暗 无限苦楚。 非俟报尽 无法求出。
慎毋为惑。 惟应信仰 耀明智光 虔诚心向 持明诸尊 一意思维。

持明诸尊　勇武诸尊　空行天母　自圣乐土　前来接引。　余应恳求
垂听祈祷　迄于本日　五方五部　三世诸佛　虽经放射　恩悲之光
仍失救度。　余何愚哉。　现时惟愿　持明部尊　摄以悲钩　不复下坠。
引余往生　圣极乐土。
如是思维　祈祷如下。
“持明诸尊。　垂听祈祷。　愿藉慈恩　得入正道。　宿业障重　流转生死。
俱生之智　炳然照耀。　持明勇武　导引在前。　空行天母　护佑于后。
拯余出离　中有陷阱。　再令往生　圣极乐土。”
如是恭敬　虔诚祈祷。　尔身将在　霓光轮内　交融流入　持明胸中。
决定往生　圣极乐土。
一切邪说　异教之徒。　能于此日　如实认识　自离生死。　即具恶业
定亦得度。
中有教法　命尽中有　明光训示。　实相中有　导示证入　安乐部尊
令已诵讫。
次周证入　忿怒部尊

概说

令当开示　忿怒诸尊　证入方法。
安乐部尊　显现中有　共有七次　危险境界。　每次诵法　亡者应于
任何一次　如实辨悟　并已得度。
无量数众　如实认识　自获解脱。　如是解脱　为数虽众　尘世有情
无穷无尽。　恶业炽盛　盖障亦重　执著复深。　因此之故　无明妄念
如轮常转。　虽不疲竭　亦不加速。　虽尽令闻　详细诵法　仍有极大
无量数众　漂泊下坠　不可得度。　安乐部尊　持明诸尊　一度接引
不能证入。　五十八尊　住火轮中。　忿怒饮血　当即现前。　诸尊即系
安乐部尊　依照方位　变易相状。　(安乐诸尊)出自亡者 中有之身
(心神经枢)　不复相似。
令兹显现　忿怒诸尊　中有境界。　亡者顿生　战栗怖畏　认证较难。
其识坠入　昏迷状态。　迷而复醒　醒而又迷。　如是循环　不能自主。
亡者苟能　稍有所悟　即易得度。　所以然者　显现诸光　惊悸可畏。
一光方收　一光随放。　务使亡识　一心警觉　毋任驰乱。
在此情境　如有亡者　未经传法。　生前纵闻　犹如大海　甚深佛理
亦徒无益。　纵有比丘　持戒清净。　又如法师　善宣玄理。　中有情境
迷惑莫辨。　亦必沦转　生死海中。
普通世俗　不须烦述　战栗怖畏　仓皇逃遁。　必自悬崖　翻落恶趣
受苦无量。　但在密乘　修持行人　极少数中　纵极少数　一经面对
饮血诸尊　自能辨识　即其自身　护佑之尊。　如在人间　重逢旧友
信恃不疑。　证合一体　获致佛果。　因在生前　修习观想　经文所示
饮血诸尊　供养赞叹。　至少或曾　观瞻图绘　塑造诸像。　此时目击
诸尊现前　自即能识。　藉以得度。　密教胜法　即在于是。　复次亡者

如属比丘 持律精严。 或为法师 善阐妙理。 当其在世 无论如何
虔诚修习 善巧说法 辩才无碍。 徒以生前 未闻密法 圆寂火化
并无异征。 火端不见 霓虹光圈。 遗体不现 殊胜舍利。 盖因生前
对于密法 心不信仰 轻蔑毁谤。 复因未经 密法灌顶 不识圣像。
中有陡现 自难辨识。 骤然目睹 生平未见 可怖相状 视若仇敌
心生抵抗。 因此沦入 悲惨苦境。 以此而论 持戒比丘 宣法之师
不修密法 火化之际 不见霓光 骨无异征 不生舍利 良有以也。
密乘行者 极少数中 最极少数 举止粗鄙 不勤修持 不善应付
生活起居 动违誓愿 不修边幅。 依其所教 不能奏效。 慎勿轻蔑
疑虑其人。 应敬礼彼 所具密法。 中有境界 惟藉密法 可得度故。
敬信密法 生前行为 纵有不检。 火化之时 至少呈显 一种瑞相。
或为霓光 或为舍利。 密法恩波 不思议故。
密乘行者 心灵发越 或为普通 或较高深。 如文观像 依仪修习
并念心咒。 不致降落 实相中有。 命尽立为 持明部尊 男女勇将
导引前往 净乐圣土。 似此将有 种种具征。 譬如天空 万里无云。
亡灵融入 霓虹光圈。 日光发射 奇异霞彩。 异香盈空 天乐遍作
瑞光四射。 遗体之上 舍利呈现。
是以对于 比丘法师 犯戒喇嘛 普通世俗。 中有教法 实属必需。
如有修习 大圆满道 大手印法。 命尽之时 必识明光 证取法身
如是等人 中有教法 无须诵念。 死亡之时 认识明光。 实相中有
安乐忿怒 诸尊显现 亦必辨识 证得报身。 亡灵如在 投生中有
认证明光 证得应身 转生天道 修罗人道。 如生人道 将因前生
慧业持续 得值密乘 瑜伽正法。
中有教法 径致佛果 不须禅定。 一经闻法 即可解缚。 有情纵有
极大恶业 藉此教法 摄行进入 密乘大道 此法对于 已闻密法
或未闻法 立显差别。 此法玄妙 立致圆觉。 是故有情 密法加被
不堕恶趣。
中有教法 中有密咒 同时念诵。 有如黄金 大曼陀罗 宝物庄严
尤显胜妙。
上来开示 必不可少 玄妙教法。 兹当诵念 忿怒部尊 显现情景。

第八日诵法

如是再呼 亡者之名。
尊贵佛裔。 一心谛听。 中有显现 安乐部尊 未能辨证。 踯躅徘徊
以至于此。 兹已八日 忿怒部主 饮血之尊 前来摄引。 应即辨认。
心毋散乱。
尊贵佛裔。 大光荣佛 裸体化身。 深褐为色 三首六臂 四足稳立
右脸白色 左脸红色 中脸深褐。 周身发光 犹如火焰。 九目圆睁
怒视可怖。 眉毛闪动 如电发光。 巨牙外露 上下榫合。 口发巨吼
“阿”“拉”“拉”声 “哈”“哈”之声 音调尖锐。 发红黄色

竖立放光。　冠饰骷髅　象征日月。　腰系黑蛇　悬有人首　以为身饰。
右首三手　上手持轮　中手持刀　下手持斧。　左首三手　上手执铃
中持脑盖　下持犁头。　身为佛母　大忿怒母(按：此处应翻译为“大力忿怒佛姆”。)
双臂抱持。　佛母右手　紧持佛颈。　左手奉佛
红色蚌壳　满贮鲜血。　舌颚相接　磋磨作声。　继而隆隆　有如雷鸣。
两尊放射　智火光焰。　出自毛孔。　大焰各具金刚之杵　熊熊有光。
两尊抱持　各以两腿　一屈一伸。　立于坛上鹏鸟俯伏　支持其下。
一切皆尔　脑中出生。　活跃生动　向尔照射。　勿惊勿惧。　须知是尔
自识具体。　又为尔身　护佑之尊。　勿怖勿畏。　两尊实乃　大日如来
双身化成。　一经辨识　即自得度。　辨认之后　尔身将与　护佑之尊
契合一体。　胜妙报身。

第九日诵法

设生恐怖　意图引避。　则第九日　金刚部主　吮血之尊　前来摄引。
当呼其名　诵法如次。
尊贵佛裔。　一心谛听。　金刚部主　吮血之尊　金刚萨埵　裸体化身。
身暗蓝色　三面六臂　四足稳立。　右首上手　持金刚杵　中持脑盖
下手持斧。　左首三手　上手持铃　中持脑盖　下持犁头　身为金刚
大忿怒母　两臂抱持。　佛母右手　紧持佛颈。　左手奉佛　红色蚌壳
满贮鲜血。　一切皆自　尔脑东隅　变现出生　放光照尔。　勿惊勿悸。
复勿战栗。　当知系尔　自识具体。　亦即尔身　护佑之尊。　故勿怖畏。
两尊实乃　金刚萨埵　双身化成。　信之识之　即得解缚。　既自辨识
立与合体　获致佛果。

第十日诵法

然因恶业　覆盖过甚　不能证入　反生悸惧　意欲逃遁。　则第十日
宝生部主　吮血之尊　前来摄引。　当再呼名　念诵如次。
尊贵佛裔。　一心谛听。　令为十日　宝生部主　吮血之尊　宝生如来
裸体化身。　身为黄色　三面六臂　四足稳立　右脸白色　左脸红色
中脸暗黄。　脸后呈现　火焰光轮。　右首上手　持有宝物　中持钢叉
(按：钢叉应指“带人头的三叉戟”。)　下持短棍。　左首三手
上手持铃　中持脑盖　下持钢叉　身为宝生大忿怒母　双臂抱持。
佛母右手　紧持佛颈。　左手奉佛　红色蚌壳满贮鲜血。一切皆自
尔脑南隅　出生放光　勿惊勿悸　复勿战栗。　须知即尔　自识具体。
又为尔身　护佑之尊。　故勿怖畏。　两尊实乃　宝生如来　双身化成。
信而证入　度脱自能。　既自辨识　立与合体证得佛果。

第十一日诵法

上来念诵　设因宿恶　不能证入　护佑之尊。　战栗欲遁。　第十一日
莲花部主　吮血之尊　前来接引。　当再呼名　诵法如次。

尊贵佛裔。　第十一日　莲花部主　吮血之尊　弥陀如来　裸体化身。
深红为色　三面六臂　四足稳立。　左面白色　右面蓝色　中为深红。
右臂三手　上持莲花　中持钢叉　下持锡杖。　左上持铃　中持脑盖
满贮鲜血　下持小鼓。　身为莲花。　大忿怒母　双臂抱持。　佛母右手
紧持佛颈。　左手奉佛　红色蚌壳　亦贮鲜血。　两尊合体　皆自尔脑
西隅出生　放光接引。　勿惊勿悸　复勿战栗。　极应信乐。　当知为尔
自识变生。　又为尔身　护佑之尊。　故勿怖畏。　两尊实乃　弥陀如来
双身化成。　信之证之　解脱随之。　既自辨识　即与合体　获得佛果。

第十二日诵法

纵已闻法　仍因宿业　战栗不前。　不特不识　甚欲逃遁。　第十二日
当有业部　吮血之尊。　寒林女神　兽首女神　“弗莱孟母”　与“汪鸠母”
随从拥护　前来接引。　仍恐不识　反增悸惧　当再呼名　诵念如次。
尊贵佛裔。　第十二日　业部之主　吮血之尊　不空成就　裸体化身。
身深绿色　三面六臂　四足稳立。　右面白色　左面红色　中面深绿
具足威仪。　六手之中　右手持刀　中持钢叉　下持锡杖。　左上持铃
中持脑盖　下持犁头。　身为业部　大忿怒母　两臂抱持。　佛母右手
紧持佛颈。　左手奉佛　红色蚌壳。　两尊合体　无非出自　尔脑北隅
放光加被。　勿惊勿悸　复勿战栗。　当知即尔　自识变幻。　又为尔身
护佑之尊。　故勿畏惧。　两尊实乃　不空成就　双身化成。　是以尔应
虔诚信乐。　一经辨识　随即得度。　既已辨识　护佑之尊　即与合体
证得佛道。
上师开示　至为玄妙。　依教证知　所见诸尊　自识变现。　依据平日
观想而成。　例如有人　见雄狮皮。　一见即识　不生怖畏。　设有不知
物蒙狮皮　悸惧顿生。　经人告知　实非雄狮　恐惧自消。　令兹所见
吮血部众　体相绝巨　四肢庞硕　大如天空。　战栗之心　不期自生
理无二致。　若经宣示　便知即系　护佑之尊。　亦即自识　变现所成。
此时忽有　明光显现　名母明光。　亡者以往　一度经历。　明光之上
复附明光　名子明光。　子母明光　同时显现。　如遇熟识　交融不离。
由此出现　自度之光。　自觉自证　即得解缚。

第十三日诵法

上来诵法　设仍未悟。　纵有善行　心灵发越　亦将后退　沦入轮回。
于是八位　忿怒女尊　寒林女神。　（按：寒林女神亦可译为“高丽女神”。）
复有八位　弗莱孟母　兽首女神。　（按：弗莱孟母兽首女神亦可译为“琵萨希女神”。）
出自脑部　前来摄引。　当呼其名　念诵如次。
尊贵佛裔。　一心谛听。　第十三日　寒林女神　共有八位。　将自尔脑
东隅出现　放光如被。　切勿畏惧。　尔脑东隅　白寒林神。　右手持尸

如持锡杖。 左持脑盖 满贮鲜血。 放光加被 切勿畏惧。 尔脑南隅
黄寒林神。 名“周利玛”。手持弓箭 意欲放射。 尔脑西隅 红寒林神
“普拉摩哈”。 手持旗帜 海狮所成。 尔脑北隅 黑寒林神 名“白达利”。
右手持杵 左持脑盖 满贮鲜血。 脑东南隅 红寒林神
名“昔喀斯”。右手提有 人体脏腑。 左手取食。 脑西南隅 深绿寒林
“喀喜玛利”。 左手脑盖 满贮鲜血。 右手持杵 搅血而饮 如饮琼浆。
脑西北隅 黄白寒林 名“藏达利”。方取尸身 撕裂其首。 右手摘心
左手提尸 就腔吸血。 脑东北隅 深蓝寒林 名“斯玛夏”。亦撕尸首
就腔吸血。 如是八方 寒林女神 出自尔脑 围绕五部 吮血诸尊
前来接引。 慎勿怖畏。
尊贵佛裔。 寒林圈外 尔脑八方 出生八尊 “弗莱孟母”。
兽首女神 亦来摄引 东有深褐 狮首之尊。 双手十字 交叉胸前。
口撕尸身 振摇颈鬣。 南有红色 虎首之尊。 双手下垂 十字交叉。
啮牙裂嘴 怒目而视。 西有黑色 狸首之尊。 右手匕首 左提脏腑
且嚼且吮。 北有深蓝 狼首之尊。 双手撕尸 怒目注视。 东南黄白
雕首之尊。 肩荷巨尸 手持骨骼。 西南深红 鹫首之尊。 亦荷巨尸。
西北黑色 鸦首之尊。 左手脑盖 右手有刀 摘食心肺。 东北深蓝
枭首之尊。 右手持杵 左手有刀 割取嚼食。 八方八位 兽首女神
亦然围绕 吮血部尊。 出自尔脑 前来接引。 勿须畏惧。 当知即尔
自识变现。

第十四日诵法

尊贵佛裔。 第十四日 四门守护 女忿怒尊 出自尔脑 放光照射
尔应识之。 尔脑东隅 虎首持钩 白色女神。 左手脑盖 满贮鲜血。
尔脑南隅 豕首持索 黄色女神。 尔脑西隅 狮首持链 红色女神。
尔脑北隅 蛇首持铃 绿色女神。 均持脑盖 满贮鲜血。 四尊皆自
尔脑出现 放光加被。 尔应视若 护佑诸尊。
尊贵佛裔。 忿怒女尊 层层围绕 五方五佛 裸体变身 外层圈外
复自尔脑 显现女神 异类面首 二十八尊。 (按：此处称为“二十八兽首瑜伽女”。) 手中各持 异样兵刃 前来摄引。 亦毋悸惧。
无论何光 应即认为 自识幻形。 在此关头 极为重要。 亟应忆念
生前上师 所传妙法。
尊贵佛裔。 尔脑东隅 深褐牛首 罗刹女神。 一手持杵 一手持铃。
红黄蟒首 梵天女神。 手持莲花。 墨绿豹首 巨大女神。 手持钢叉。
蓝色猿首 司判女神。 手中持轮。 红色瑜伽 雪山熊首 童贞女神。
手持短矛 白色熊首 帝释女神。 手持串肠。 如是六尊 瑜伽女神。
手持东隅 出现放光。 毋须畏惧。
尊贵佛裔。 尔脑南隅 黄色蝠首 喜乐女神。 手持匕首。 红海狮首
安乐女神。 手托土钵。 红色蝎首 甘露女神。 手持莲花。 白色鹫首
月明女神。 持金刚杵。 深绿狸首 持棍女神。 只手舞棍。 黄黑虎首

罗刹女神。 手持脑盖 满贮鲜血。 如是六尊 瑜伽女神。 尔脑南隅
出现放光 毋须畏惧。
尊贵佛裔。 尔脑西隅 墨绿鹏首 肉食女神。 手中持棍。 红色马首
喜乐女神。 手持尸体 四肢全无。 白色鹰首 大力女神。 手持锡杖。
黄色犬首 罗刹女神。 一手持杵 一以刀割。 红野马首 欲望女神。
以弓搭箭。 绿色麋首 守财女神。 手持土钵。 如是六尊 瑜伽女神。
尔脑西隅 出现放光。 毋须畏惧。
尊贵佛裔。 尔脑北隅 蓝色狼首 司风女神。 手展旗帜。 红色羊首
妙曼女神。 手持木挺。 黑野豕首 野豕女神。 手中持有 牙根串索。
红色鸦首 霹雳女神。 手持婴尸。 墨绿象首 大鼻女神。 手提巨尸
自盖饮血。 蓝色蟒首 入水女神。 手持蛇索。 如是六尊 瑜伽女神。
尔脑北隅 出现放光。 毋须畏惧。
尊贵佛裔。 尚有四门 瑜伽女神 出自尔脑 前来接引。 尔脑东隅
黑杜鹃首 秘密女神。 手持铁钩。 尔脑南隅 黄山羊首 秘密女神。
手中持索。 尔脑西隅 红色狮首 秘密女神。 手持铁锏。 尔脑北隅
墨绿蟒首 秘密女神。 手中持铃。 如是守门 四瑜伽神 出自尔脑
前来接引。 二十八尊 忿怒女神。 一一出自 忿怒诸尊 自性之身。
尔应领悟。 尊贵佛裔。 安乐诸尊 出自法身 真空之性。 尔应领悟。
忿怒诸尊 出自法身 悲智之光。 亦应领悟。 上来吮血 五十八尊
出自尔脑 摄照之时。 设若知为 自识之光。 尔将融入 吮血诸尊
与之合体 证得佛道。 尊贵佛裔。 今如不识 忿怒诸尊 惧欲逃避。
苦难之来 不堪忍受。 此并不悟 目击诸尊 战栗顿生 终至昏迷。
此后自识 输成幻相 坠入轮回 不可得出。 依教辨识 战栗不生
自能超出 轮回生死。
复次安乐 忿怒诸尊 最大体相 高齐天际。 其次体相 大如须弥。
最小之体 亦等尔身 十有八倍 层叠之高。 如是目击 不须战栗。
宇宙万象 虽然转成 神圣相状 神圣之光。 设若了悟 尔识变现
一经辨识 即证佛果。 妙义相传 “刹那之间 顿成佛道” 即此是也。
如是紧记 不释于心。 与彼法身 与彼智光 融合一体 立证佛果。
尊贵佛裔。 是故所见 无论任何 怖畏幻相。 应即认为 自识变现。
尊贵佛裔 尔若不悟 畏缩不前。 安乐诸尊 即时交融 转变成为
“大黑天相”。 忿怒诸尊 亦即转成 冥府主宰 阎摩之状。 自识所变
尽成幻相。 沦入轮回 不能自拔。
尊贵佛裔。 设人不悟 自识实相。 任尔精谙 显教经论 密乘修法。
纵令苦修 一劫之久 不成佛道。 若悟实相 即籍一法 或籍一字
均可证果。
亡者经历 实相中有 不悟相状 自识幻成。 冥府主宰 阎摩狱卒
立时现前。 最大身量 高及天际。 其次体相 大如须弥。 最小之体
亦等人体 十有八倍 层叠之高。 其为数量 充塞宇宙。 来时相状
渐齿错唇 双目闪耀 巨腹细腰 束发结顶。 手持记录 善恶业簿。

自口发出　“击”“杀”之声。　吮脑饮血　撕裂尸身　取其首级
复摘其心　蜂拥而至　空间为塞。
尊贵佛裔。　如是幻状　出生之时。　勿畏勿怖。　尔今具身　宿业所感
意生之体。　纵为杀剐　不能灭无。　尔体性空　毋庸畏惧。　阎摩狱卒
亦尔自识　变幻而成　毫无实体。　空如壤空　无有是处。　尔识所幻
相状而外　安乐忿怒　饮血诸尊　异类面首　霓虹光圈　阎摩恶相
均非实有。　不必疑虑。　如是了悟　怖畏自消。　与之合体　佛果自证。
上来教法　如实了悟　尔应竭诚　笃信敬仰　护佑诸尊。　在此中有
陷阱之中　前来救应。　心作思维　“我当皈依”。忆念三宝　信乐三宝。
不论修何　护佑之尊。　心应观想　并念佛号。　祈祷如次。
“护佑慈圣。　施恩加被。　飘泊中有　拯我出离。”
复次口呼　上师法号。　祈祷如次。
“徘徊中有　拯我出离。　愿师殊恩　永不舍弃。”
复次信乐　吮血诸尊。　并向祈祷。
“无明驱使　流转生死。　光耀途次　恐怖舍除。　安乐忿怒　诸尊前导。
忿怒佛母　蜂拥护佑。　安全使度　中有陷阱。　终令成就　圆觉佛果。
弃亲背友　踽踽独行。　唯识所变　空性孤身。　惟愿诸佛　慈恩加被。
在是中有　畏惧不生。　五智之光　炳然照耀。　愿能辨识　无悸无怖。
安乐忿怒　圣尊现前。　确信无畏。　了悟中有。　恶业牵引　痛苦备尝。
诸尊护佑　消途灾苦。　实相本声　千雷隆隆。　愿得转成　六字大明。
宿业随行　无怙无恃。　护我唯仰　圣观自在。　宿业所感　苦难不堪。
愿藉明光　消苦得乐。　愿彼五大　勿起为仇。　愿入五佛　觉尊之土。”
竭尽虔诚　如是祈祷。　一切恐怖　自能消除。　报身佛道　证入无疑。
一心念诵　三至七遍。　至极紧要　切记毋忘。
但得了悟　无论恶业　如何深重　无论善业　如何微弱　其不解脱
实不可能。　若在中有　纵经一一　详细导示　而仍不悟。　则将下坠
投生中有。　念诵之法　详见下卷。

结述中有教法重要

无论依何　教宗修习　或为渊博　或为浅薄。　死亡之时　种种迷惑
顿自出生。　中有教法　自不可少。　禅定成就　神识甫离　实相显现。
生前经验　实属需要。　有已了悟　自识实性。　具是经验　命尽中有
明光现前　奏效甚巨。
复次生前　禅定观想　密乘诸尊　有所成就。　实相中有　安乐忿怒
诸尊接引　尤具助力。　生前修习　中有教法　既有特要。　亟应信奉
随诵随记　如实记忆。　诵念三遍　习以为常。　每字每义　务求明晰。
纵环群仇　身濒危急。　教法大意　不应忘失。
此法名为　“闻教得度。”纵有造作　五无间业。　耳闻此法　亦必得度。
应向群众　念诵讲解。　闻法之人　即或未解。　中有之际　必能记忆
一字不失。　中有忆力　强于生前　九倍之多。　应向世人　广为宣说。

病榻之旁　亦应诵读。亡灵之前　尤宜念诵　广传世间　咸蒙圣泽。
有缘值法　实堪庆幸。非具积善　并有慧根　极难过法。纵或遇法
不可得解。惟有闻法　信受奉行　自得超度。如是希有　诸法之王。
珍之宝之　忆恃勿释。
中有经历　实相诵法　又可名为　闻法得度　依咒得度　第一卷竟。

第二卷　投生中有

敬礼

虔诚稽首　诸佛菩萨　护佑诸尊　一切上师。慈悲加被　超度中有

开诵偈语

中有教法　实相部分　上来诵竟。令当详示　投生中有　栩活易忆。

第一章　亡后境界

上来关于　实相中有　详细导示　犹如目睹。除已熟谙　真实法相
并具善业　当可了悟。余因恶业　不解实相　或因业力　战栗怖畏
了悟自难。此辈下沉　已十四日。当诵下文　深印其心。

中有之体如何生起以及所具超常官能

已敬三宝　诵偈祈请　诸佛菩萨　慈恩普被。呼亡者名　三至七遍
念诵如次。
尊贵佛裔。一心谛听　紧记勿忘。人于死后　沦入地狱　或生天道
乃至转成　中有之身。如是名为　超常之生。当尔经历　实相中有
安乐忿怒　诸尊智光　不自了悟　惧而昏迷。其为时间　约等亡后
三日有半。迨尔苏醒　尔智必已　重复原状。同时转成　发光之体。
类似生前　所具之身。一如密教　修法所示。
“忽自赋得　如幻色身　类似前身。当生之身　六根齐全。行动无阻。
具有业感　神变殊能。业感同趣　中有之体　所具天眼　得见其形。”
经文云何　今当详说。
发光之体　经文解为　“类似前身　当生之身。”意指亡者
将赋之身　恰如前世　宿业所感　血肉之体。其身亦具　圆满相好。
有如人类　福报所感。
似此之身　生自意识　中有境界　结想所幻。是以名为　意生之身。
此时尔若　当生天趣　天趣境界　立即现前。无论何趣　尔当受生
或生修罗　或生人趣　或生畜道　或为饿鬼　或沦地狱　各趣情景

随感而现　理无二致。“前身”二字　是以隐指　三日半前　尔曾思维
尔所具身　仍为前生　业力所感　血肉旧体。“当生”二字　则指所感
将来投生　处所情景　是以经句　“类似前生　当生之身”
应即解为　已弃色身　与夫将来　重复受生　应赋色身。此时于彼
生起情景　不论为何　勿起贪求　勿为吸引　勿示怯弱。设因怯弱
忽生喜爱　尔将沦入　六道之中　受苦无尽。
迄至昨日　尔仍不悟　实相中有。漂流下坠　以至此极。今尔若期
信持真实　尔应依据　上师所传　心不散乱　善自安住　无作无念
自识无明　光照空寂　法尔性境。果能如是　自必得度。不再进入
受生胎门。若尔不能　了悟自识　则应信乐　虔诚观想　任何上师
护佑之尊　如在顶门　慈悲庇荫。如是要法　一心信持。
如是念诵　亡者若悟　自得超度。不再沦入　生死海中。设因恶业
牵引所致　犹未了悟　续诵如次。
尊贵佛裔。再事谛听。“六根齐全　行动无阻”　其意若谓　尔于生前
或为目盲　或重于听　不良于行。今在中有　尔自能视　耳亦善闻
六根无损　敏锐不缺。中有之身　足以说为　“六根齐全”。尔今具身
六根不缺。所以证明　尔已离世　漂泊中有。了悟此理　忆持勿释。
尊贵佛裔。“行动无阻”　其意殆指　尔识业离　尘世色身。今尔所受
意生之身　非复前此　粗碍色体。是以尔今　忽具殊能。诸如磐石
山陵丘垄　地土房屋　乃至须弥　尔能任意　穿行无阻。除为佛座
母胎而外　纵如须弥　中山之王　往来穿过　毫无质碍。即此亦证
尔正徘徊　投身中有。至切忆念　上师教法。虔诚祈祷　圣观自在。
尊贵佛裔。尔今实具　神变殊能。然此非为　等持之效。仅为中有
自然具有。业力性故。尔今能于　一刹那间　环行须弥　遨游四洲。
或于手臂　伸屈之倾　随念而至　任何地方。力能至故。如是种种
神变幻力　切毋贪求。切毋企有。
任尔意欲　显何神通　无有神通　尔不能显。神通之能　具在尔身。
任尔显现　无有妨阻。惟尔仍应　了悟正教　祈祷上师。
尊贵佛裔。“业感同趣　中有之体　具有天眼　得见其形”
其意明示　中有境界　有诸亡者　业力感故　同生一趣。自能一一
互见其形。譬因福报　同生天界　天人身形　彼此自见。其生他趣
亦同此理。是以尔于　现前各形　慎毋希企。惟应观想　圣观自在。
“具有天眼　得见其形”　意示显示　福报受生　天道身形　惟习禅定
具有天眼　始可得见。然天趣身　非可常见。一心观想　始见其形。
否则不见。间有习禅　心神外驰。亦不能见。

中有之身特殊状态

尊贵佛裔。尔将藉是　中有之身。目睹尘世　熟谙地方　在彼亲属。
如在梦中　彼此相逢。
尔睹亲友　就之而语　蔑若无闻。目睹彼等　目睹尔家　正在举哀。

尔心思维　“余其死乎　余将何为”　至极悲痛。　如鱼离水　掷诸烈烬。
苦痛之惨　尔正亲历。　然徒悲痛　亦复何益。　应即祝告
素所供奉　超人上师。　同时祈祷　护佑之尊　圣观自在。　纵于亲友
爱恋不舍　于尔无助。　万勿依恋。　虔诚祈祷　圣观自在。　悲痛自止
怖畏不生。
尊贵佛裔。　业风吹动　永无止息。　尔在中有　往复漂泊　心不自主。
将如羽毛　风中起落。　又若身骑　喘急病马　驰骋不定　诚非得已。
忽又听闻　哭泣悲哀。　不禁口呼　“余在勿悲”　追彼不理　尔又思维
“余已死乎。”　此时尔复　悲痛不胜。　注意切莫　如是悲痛。　日以继夜
随时皆是　灰白曙光。　尔将如是　逗留中有　一周二周　三周四周
五周六周　乃至七周　四十九日。　投生中有　悲惨时期　有谓不出
二十二日。　然因宿业　各各不同。　随业所感　期难确定。
尊贵佛裔。　约在此时　业力狂风　不胜猛烈。　自尔身后　疾驰而来。
阵阵推送　足不能停　自识所幻　勿须悸惧。　无间黑暗　今临尔前。
如入重雾　毛发为竖。　此时忽自　黑暗出生　“击”“杀”之声。
复有种种　恫吓之声。　肝胆俱裂。　于彼种种　勿畏勿惧。
另有亡者　恶业炽盛。　恶业所感　啖人罗刹　各持兵刃　口呼“击”“杀”
纷扰汹涌　状至怖畏。　争先狂扑　惟恐不及。　或复幻现
种种凶恶　肉食之兽　追逐前来。　或复幻现　狂风暴雨　大雪深雾。
或复幻现　群众追逐。　或闻巨响　有如山崩　有如海啸　如火喷轰
如风怒吼。　巨声之来　惊怖欲绝。　四窜逃奔　不择去路　终遇绝壁
一为白色　一黑一红。　悬崖千丈　望而生畏。　生路愈穷　势将下坠。
尊贵佛裔。　三绝壁者　即贪嗔痴。　非为实质。　此时当知　不幸身处
投身中有。　竭诚祝告　圣观自在。　并念佛号　祈祷如下。
“圣观自在。　上师三宝。　慈悲加被。　拔我诸苦。”
如是祈祷　忆念勿释。
或具积善　至诚奉教　感得喜乐　愉快安逸　满分福报。　或无积善
与未作恶　所感之报　非乐非苦　凡愚庸迂　漠然无情。　尊贵佛裔。
令生所受　不论何报　或因善业　感受何乐　勿为吸引。　慎毋贪著。
应作思维
“积善所感　一切喜乐。　谨以供养　上师三宝。”
摒弃一切　爱欲贪求。
纵尔感得　非乐非苦　漠然无情。　禅定心住　太子印法。　心中不作
禅定之念　至为切要。
尊贵佛裔。　此时如遇　桥口寺庙　八大灵塔。　尔欲稍憩　不能久停。
盖以尔识　业离四大　质碍色体　不能勾留。　尔辄懊丧　烦恼悲痛。
能知之识　恍惚不定　稍纵即逃　失所凭藉。　不禁自思　“吁余已亡
余将何为。”　此念一起　悲不自胜。　万念俱灰　无限愁苦。
尔既不能　任意停留。　似被驱使　流徙无定。　当摒杂念　调伏安住
不动心境。　所备供品　为尔特设　始得享受。　其他供物　无法尝食。

此时朋类　无一可以　引为已助。
凡此皆为　投生中有　意生之身　漂泊之证。　此时苦乐　均属业力。
忽如返家　目睹仆役　以及戚属　自己尸身。　心复思维　“余今已死
余将何为”　不胜悲苦　忽复妄想　“如得复生　任何不惜。”
如是作念　往复流荡　觅取色身。　纵入尸体　九次以上。　然因经历
实相中有　为时过久。　尔之尸身　在冬冻结　入夏靡腐。　或为亲属
用火焚化　或埋土中　或投诸水　或掷山崖　鸟兽啄食。　无处可栖
意不满足。　顿觉自身　似为推入　山崖石穴　陈缝之中。　投生中有
所尝苦楚　即系如是。　纵尔觅得　四大之身。　除苦而外　毫无所得。
应毋再起　投生妄想。　令心安住　不生胶著。　亟应如是　令心安住。
上来诵法　依示而行　中有境内　即得解脱。

冥判情景

间或尚有　恶业力故　仍不了悟。　舟呼其名　诵示如次。
尊贵佛裔。　一心谛听。　尔之受苦　业力所感。　纯系自业　不属他人。
是以尔应　一心至诚　祈祷三宝　护佑加被。　设不祈祷　亦不心注
大手印法。　复不观想　护佑之尊。　当有生前　与尔俱生　司善神祇
现临尔前。　以白石卵　计尔善业。　复有生前　与尔俱生　司恶神祇
以黑石卵　计算恶业。　尔将惊惧　全身战栗。　试为谎言　“生前未作
任何恶业。
地府主宰　于是宣示　“我有业镜　鉴照不爽。”
言毕视镜　善恶映现　历历如绘。　纵欲掩饰　亦徒无益。　地府主宰
于是派遣　凶恶狱卒。　以索系颈　拖曳下堂。　断尔之首　剖尔心肝
抽尔脏腑　吮尔脑汁　饮尔之血　食尔之肉　啖尔之骨。
尔虽痛苦　仍不得死。　尔身虽碎　复又完整。　反复受刑　不胜苦楚。
纵有神祇　计算石卵。　勿惊勿怖。　亦毋谎语。　复勿畏惧　地府之主。
当知尔身　意生之身。　首断肢割　不能灭无。　尔身实系　真空之性。
不须畏惧。　即彼阎摩　亦系尔识　自所变幻　意生之身　习气结体
空无所有。　空不坏空。　犹如无质　不伤无质。
尔身以外　诸如阎摩　判官狱卒　鬼怪幽灵　或为牛首　威德明王
除为尔识　自所变现　实皆无有。　尔应善自　如实了知。
此时当知　已处中有。　尔应心住　大手印定。　设尔不知　如何住定。
只须推究　恐怖实性　本无有生。　仅为法身　真空之性。
此空非即　空无所有。　如实性空　方可为空　尔对空性　不免畏惧。
尔识当空　照映益明。　识明照耀　报身之境。　尔处此境　忽自经历
空明交融　强烈难忍。　空性本明　明实性空。　明空不离　此为本性
第一义身。　到处放射　映耀无阻　是即应身。
尊贵佛裔。　心毋散乱　静听宣示。　设能了悟　上述四身。　于任何身
定必解脱。　心勿外驰　但听我言　佛与有情　以此分界。　此一刹那
极为重要。　心如不定　重坠苦海　无量数劫　不得出离。

经文所示 “一刹那间 界限分明。 一刹那间 圆觉可证。”
其意真实 恰合此际。
今前所经 中有现象 以心狂乱 尔未能证。 徒因此故 枉受恐怖。
如再散乱 圣观自在。 大悲恩波 中途阻断。 尔将沉沦 永不得度。
是以尔应 非常谨慎。 前此闻法 虽未了悟。 今如辨识 仍可得度。
亡者生前 无知无识 不解禅定 当更念诵。
尊贵佛裔。 设尔不明 如何禅定。 尔当忆念 圣观自在 并及三宝
恳切祈祷 思维一切 恐怖之相 不啻自己 护佑之尊。 或竟视作
圣观自在。 回忆生前 上师灌顶 锡尔法名。 同时复忆 上师法名。
一一告知 冥府主宰 判官狱卒 依教而行 纵坠绝壁 无有伤害。
幸自振作 勿怖勿畏。

心念所至无不感应

前此闻法 纵未超脱。 此际亦可 令其得度。 然仍未可 必其得度。
当须恳挚 继续导示。 再呼其名 念诵如次。
尊贵佛裔。 此时顿觉 刹那欢乐 刹那愁苦。 紧张情状 犹如弩炮。
张驰自如 任凭机力。 欢乐之时 勿稍贪爱。 愁苦之来 亦毋憎恶。
设尔业感 受生上界 人天修罗。 上界情景 立即现前。 生前眷属
为尔设祭 杀害生物 修作佛事 并事布施。 因尔此时 意根未净。
目击彼等 一切举动 由悭生嗔。 因尔嗔念 立堕地狱。 无论遗眷
有何造作 压止嗔心 勿令生起。 心应住于 敬爱之念。 设见生前
所积财物 贪恋不舍。 或见财物 已属他人 为所专用。 意志薄弱
贪恋不已。 或竟怒及 享用之人。 此念一生 弹指之顷 影响心念。
纵尔应生 上方乐土 亦必因此 沦入地狱 或为饿鬼 所遗财宝
尔纵贪恋 此时不能 复为尔有。 亦不再为 尔所享受。 是以切应
坚定意志 慎勿贪著。 弃之如遗 毫不置念。 任为何人 享用尔财
心勿吝惜 心存布施。 观想如同 供养三宝 与尔上师。 坚尔意志
心毋执著。
设供之时 诵念真言 如持食物。 或修佛事 消尔恶业 拔离苦趣。
诵咒修法 不合仪轨。 修法僧侣 间有昏睡。 心不专注 违犯戒律
净行有亏。 乃至一切 轻慢正法 尔均目睹。 盖在中有 尔已赋有
业力所感 少分漏通。 因此尔或 心疑圣教 退失正信。 尔复能睹
修法僧侣 惊怖不安。 竟用黑教 追荐之法 亵渎正教 妄行仪轨。
尔必思维 “噫余竟为 彼等欺罔” 心极沮丧。 愤慨之余 疑虑圣教
退失正信 心不随喜 并失敬仰。 弹指之顷 影响心灵 必沦苦趣。
如是思维 于尔无益 抑且有害。 任彼僧侣 修法之时 不合仪轨
缺乏净行。 心惟作念 “余心不净 一至于是。 我佛垂示 宁能有误。
譬诸揽镜 面呈斑点 镜亦反映。 心之不净 岂非如是。 至彼僧侣
其身为僧 其语为法 其心实佛 余当皈依。”
思维至此 于彼僧侣 当具信心 虔诚敬爱。 家族为尔 修作佛事

于尔利乐　实有裨助。　是以尔应　心存敬爱　至为重要。　切记勿忘。
又尔业感　当坠苦趣　苦趣之光　即来勾摄。　赖尔嗣续　与尔亲属
净修佛事　不染邪巫　所延上首　喇嘛之众　深邃佛理。　身语意三
一一专注　虔修功德　不失仪轨。　目睹如是　心大欢喜。　即此欢心
刹那之善　转移尔业。　纵感恶道　改生上界　较乐之地。　是以勿生
不净之心　当于一切　喜爱敬信　不加分别。　至为重要　极端注意。
尊贵佛裔。　综上所示　尔识现在　中有境界　无所凭藉。　体量之微
流动无停。　任尔起念　净或非净　感应极易。　是以心中　勿起非净。
但忆生前　任何修持。　设未修持　心应欢喜　至诚皈命。　恳切祈祷
圣观自在　护佑诸尊。　祷文如次。
“舍离亲挚　踽踽独行　唯识所映　空性孤身。　惟愿诸佛　慈悲加被。
在是中有　畏惧不生。　恶业牵引　备尝诸苦。　护佑诸尊　消灾除苦。
实相本声　千雷隆隆。　愿得转成　六字大明。　宿业随行　无怙无恃忘。
护我惟仰　圣观自在。　宿业所感　苦难不堪。　定力明光　摄引得乐。”
虔祷上偈　必获导引　决非诳语。　尔应安心　如是祈祷　至为要妙。
一再念诵　忆念随生。　自获证入　自获解脱。

轮回六道劣光现前

一再导示　亡者恶业　炽盛难消　仍未了悟。　可再反覆　开示多次
极有裨助。　当再呼彼　亡者之名　诵念如次。
尊贵佛裔。　以尔不悟　前有身形　逐渐消散　至不可辨。　后有之身
将益明显。　愁苦之余　心作思维。　“余何伤哉　苦痛备尝。　任投何身
余将住觅。”　如是思维　往来四处　奔驰不停　不知所之。　六道轮回
即于此时　发光勾摄。　尔业所感　当生何道　彼道之光　愈益强烈。
尊贵佛裔。　设尔欲知　六道之光　其色何若。　一心谛听。　天道之光
其色灰白。　阿修罗道　其色浅绿。　人道之光　其色暗黄　畜生道光
暗蓝为色。　饿鬼道光　色为暗红。　惟有地狱　光如烟雾。　尔因业力
当生何道　尔身将染　彼道光色。
尊贵佛裔。　如是教法　殊妙无比。　于此时际　尤为重要。　任为何光
现前勾摄　观想光为　圣观自在　任彼光线　来自何道。　观想如若
圣观自在　来自彼方。　此法玄妙。　藉是可免　投身彼道。　或曾修持
护佑诸尊。　任择一尊　观想身形　持久不散　似有实无。　犹如术者
所变幻相。　此即所谓　净幻之相。　次观彼尊　自外向内　逐渐隐敛
至不可见。　次观自身　忽在光明　真空之境。　心无执著　安住片时。
再观彼尊　再观明光。　如是反复　依次观想　末观自识　亦然如此
自外向内　逐渐隐敛　至不可见。　空遍一切　识遍一切。　识遍一切
即是法身　遍一切处。　安住法身　不生之境。　在此境界　即证无生
即证圆觉。

第二章 转生法门

闭塞胎门

亡者生前　修持不力　不亲正法　仍未了悟。　妄念难制　徘徊胎门。
闭塞胎门　导示极要。　呼亡者名　诵念如下。
尊贵佛裔。　设于导示　仍未领悟　迨于此时。　因尔业力　不由自主
或往上升　或向前进　或竟下坠。　应即观想　圣观自在。　切记勿忘。
此时忽有　如上宣示　疾风暴雨　冷彻骨髓。　冰雹交加　无间黑暗。
有如群众　追逐加害　意欲逃避。　以无善业　反坠苦趣。　具诸善行
自得往生　上界乐土。　尊贵佛裔。　尔在此时　业感何道。　彼道境界
立时现前。　于此关头　一心谛听　甚深微妙　重要法门。　以往导示
纵未能明　今兹宣说　当能了悟。　即于圣教　修持不力　亦可证入。
是以尔应　静听念诵。
此时如用　闭胎法门　极为重要　极堪注意。　主要法门　被分两步
一为制止　勿入胎门　一为闭塞　当入胎门。

制止亡者勿入胎门

尊贵佛裔。　(并呼其名)　安住观想　不论为何　护佑之尊。　譬诸观想
水映月轮。　虽无有月　了了分明。　恰如术者　所变幻相。　设未曾修
护佑之尊。　应即观想　圣观自在。　或竟观想　诵法之人。　心作是念
安住观想。
次应观想　护佑之尊　自外向内　逐渐隐敛。　次再观想　真空明光。
心无执著。　如是甚深　微妙法门　藉此法门　决不入胎。

第一闭胎法门

如彼观想　设尔未能　制止尔身　进入胎门。　则当尔正　入胎之时
尚有妙法　闭塞胎门。　谛听指示。
“投身中有　今已现前。　心当善持　纯一意念。　中有境内　善业相续。
闭塞胎门　以为敌故。　虔诚敬爱　今兹需要。　于彼嫉妒　舍除无余。
一心观想　双身上师。
上来偈语　反复念诵　口齿清晰。　忆持其义　如义观想。　依此修习
实属必需。
上来偈语　意义如下。　“投生中有　今已现前”　其意明示　尔正徘徊
投生中有。　如尔瞩水　或尔照镜。　其中不映　尔貌尔身。　尔身亦不
投射影形。　盖尔已舍　粗碍为质　血肉色身。　此即中有　显著象征。
亦即证明　尔正徘徊　投生中有。
此时尔应　纯一意念　心不狂乱　纯一意念　极为重要　恰如驰马
控之以缰。
此时尔作　任何意欲。　意欲之境　当即现前。　是以不应　心起恶念。
诚恐念起　前途转变。　心应系念　中有教法　诵法僧侣。　生前如荷

上师说法　为尔灌顶　许尔修习　密教经典。亦应忆念　心神系合。
“善业相续”。切要之图。此时不应　心起妄念。上升下坠　界限分明。
如再踌躇　一刹那间　长劫受苦。在此关头　“心中善持　统一意念。”
务使“善业　相续”不绝。尔今已值　闭胎之时。“虔诚敬爱　今兹需要。”
偈文暗示　闭塞胎门　共有五法　此为最先　闭胎法门
善自忆念　持久不释。

第二闭胎法门

尊贵佛裔。尔将目睹　男女居室　幻状如真。设有所见　心毋妄想
置身其间。应即视为　超人上师　与其佛母　观想不释。敬礼信仰
心观供养　至极虔诚　决定祈求　佛法加被。
即此决定　胎门必闭。设仍不闭　顿觉自身　坠入堪虞　立即观想
超人上师　与其佛母。或竟观想　护佑之尊。或观双身　圣观自在。
观想不释　心作供养　虔诚决定　祈求加被。如是行之　胎门自闭。

第三闭胎法门

纵经上示　胎仍未闭。尔觉自身　坠入堪虞。今将示尔　抑制爱憎
第三法门。
受生种类　计共有四。卵生胎生　迁识往生　乃至超生。四生之中
卵生胎生　性质相似。
上来宣示　男女居室　幻状现前。此时设起　爱憎之念。立入胎中
受生为马　或为鸡犬　或为人类。
当感男身　能知之识　忽起妄念　自觉为男。即于所见　男女两者
深憎其男　爱悦其女。当感女身　能知之识　亦起妄念　自觉为女。
即于所见　男女两者　深憎其女　爱悦其男。当彼男女　坎离相合
沉醉之倾。能知之识　妄念增上　俱感欲乐。顿入昏迷　无所知觉。
迨及苏醒　已在卵中　或在胎中。出胎张目　已成犬子。生前为人
今已变犬。犬窝之中　饱经苦痛。或变小豕　在栏生活。或变为蚁
为穴勤忙。或为昆虫　泥孔蜡蜻。或为羔羊　或为牛犊。如是身形
历劫难换　横骨梗喉　愚蠢可怜。且复备受　种种痛苦。其落地狱
或感恶趣　或竟偏甩　六道轮回。亦复如是　受苦难言。
世人不乏　执迷不悟。妄图生死　不知畏惧。一何可悲　一何可叹。
间有未闻　上师说法。顿即如是　坠落悬崖　沉沦生死　受苦不堪
永无停息。若尔不愿　如斯遭遇。幸听导示　忆持在心。
尔应遏止　爱憎之念。并应记取　今兹所示　闭胎之法　上偈所谓
“闭塞胎门　以为敌故。虔诚敬爱　今兹需要。于彼嫉妒　舍除无余。
一心观想　双身上师”　即指此时　上不云乎。当感男身　爱女憎男。
当感女身　爱男憎女。随起妄念　于彼男女　顿生嫉妒。此时教法
甚深玄妙。尊贵佛裔。爱憎妄念　生起之时　应即观想　思维如下。
“恶业炽盛　至于此极。因著爱憎　迨沦生死。设不自拔　犹著爱憎。
自陷生死　苦海无休　长劫不出。余于今日　当叶爱憎　嗟乎余身

自兹而后　爱憎妄念　永不滋生。”
如是观想　坚尔心意　勿渝尔志。　密教修法　如是谛示。　“惟立此志
胎门方闭。”
尊贵佛裔。　心毋散乱。　一心决定　勿渝此志。

第四闭胎法门

纵依上示　未闭胎门。　亡者自觉　跃入堪虞。　第四法门　不实如幻。
依法而行　胎门应闭。　善自作意　谛观如次。
“嗟彼男女。　狂风暴雨　霹雳巨声　可怖相状　一切现象　究其实际
无一非幻。　虽似有相　实无自性。　如幻不实　如梦如寐　无常无定
何爱之有。　何惧之有　非为实有　见为实有。　一切本从　自心变幻。
能幻之心　既非实在。　所幻现象　何能独有。
“以往迄今　迷而未悟　认无为有　以假作真　视幻为实。　至今沉沦
生死海中。　如再不悟　一切皆幻。　余将长劫　流转轮回　沦入恶趣
备受痛苦。
诚哉一切　如梦如幻。　又如回声　阳焰化城　海市蜃楼　镜花水月
幻灯映景。　无一刹那　有其实在　惟虚不实。”
一心推求　了知非实。　能知相续　如是了达　不再迷惑　如倦思还。
了达无实　胎门自闭。

第五闭胎法门

如上导示　观幻之法　未能澈悟　万象实无。　胎门未闭　投入堪虞。
应再导示　第五法门。　观想明光　闭塞胎门　善自作意　观想如下。
“观彼一切　即我自心　心即是空　不生不灭”
如是观想　令心安住　无生之境。　譬诸倾水　入于水中　自然和合。
令心自在　入于本来　不可变易　动荡自如　明净之境。　保持如如
无生状态。　四生胎门　定自闭塞。　持久观想　以待成就。
闭塞胎门　甚深妙法　广如上述。　上智中智　下愚人士　如不得度
应无是理。　云何如是　因缘有四。　一因有情　中有境内　各具漏通。
遇有导示　率能了悟。　二因生前　虽属盲聋　令在中有　六根齐全
遇有导示　善自能闻。　三因有情　中有境内　怖畏迫逐　善自为计
性自惊觉。　有所导示　自愿听闻。　且彼识体　已夫凭藉。　无论何处
随念可至。　四因有情　记忆明晰　九倍生前　生前鲁钝　然在中有
业力使敏。　有所导示　善能观想　易于成就。　具足四因。　自易得度。
以是四因　如为亡者　修作佛事　必能奏效。　中有教法　继续念诵
四十九日　足以重要。　一次导示　纵未得度。　再次导示　自能解脱。
以此备有　如许种种　导示法门。

选择胎门

间有众生　虽经嘱令　专一心念。　恶业障重　历劫乏善　不习净行
仍不得度。　设在眼前　胎门未闭　今当教以　择胎之法。　普诣诸佛
菩萨加被。　并诵三皈　再呼其名　导示如下。

尊贵佛裔。 一心谛听。 上来教法 详为尔说。 尔仍不悟 胎门未闭。
尔今已届 受生之时。 今再导示 甚深妙法 依此教法 选择胎门。
注意谛听 信受毋忘。

受生景象　提示警觉

尊贵佛裔。 诸受生处 各有特征。 今将现前 应即了悟 何洲较胜。
善自鉴别。
尔若感生 东胜身洲。 将见湖中 雌雄鸿雁 水面追逐。 万勿往生。
一心憬悟 勿往求生。 如生彼洲 虽得安乐。 佛法不闻 故不可往。
尔若受生 南赡部洲。 其处宫室 壮丽辉煌。 如必求生 此洲较可。
尔若受生 西牛贺洲。 将见湖滨 牛马放牧 牝牡合群。 但应速返
不可前往。 洲虽富饶 佛法不闻。 亦不可往。 尔若感生 北俱庐洲。
将见湖滨 树木四周 成群牲畜。 往生此洲 享寿虽高 并受福报
以无佛法 是以勿往。 上来四洲 受生征兆 一一提示 令尔警觉。
应即了悟 慎毋轻往。
若生天道 将见宫殿 众宝庄严 福感此土 可往受生。 若感修罗
尔将目睹 悦目林树。 或见火圈 相向旋舞。 一心憬悟 勿往求生。
如论如何 不可前往。 如感畜道 目所能击 山穴石窟 地有深洞。
烟雾弥满 决不可往。 如感饿鬼 将见原野 荒无人烟 林木不生
地裂浅孔。 或睹空林 衰草枯根。 若生此道 饥渴惨苦 曷有既极。
一心憬悟 勿往受生。 努力振作 切勿前往。 若感地狱 将闻歌声
恶业所感 悲哀凄切。 身坠其中 不可抗拒。 所嘱之地 黑暗无间。
屋宇散布 黑白交错。 遍地阱穴 道路昏黯。 如往彼处 即沦地狱。
烈火寒冰 不堪其苦。 一入此中 求出无期。 是以不应 置身其中。
上来所示 努力振作 今尤需要。

追命恶鬼　防护法门

尊贵佛裔。 业力所感 追命恶鬼 身后迫逐。 身不由主 径自前进。
唯非所愿 诚非得已。 尔前亦有 追命恶鬼。 如为刽手 导赴刑场。
同时忽起 迷目黑雾。 业感旋风 雨雪交加 雹石狂击 冰刀旋舞。
心头惊悸 思欲逃遁。 正在畏怖 急求栖避。 忽见宫殿 岩穴地窟
单莽荒漠 涸池枯莲 广如上述。 急思逃避 不加细择。 任入一处
潜伏不动 惧不敢出。 心中思维 “今如外出 灾苦不免。”
既因畏惧 不敢复出 于彼栖所 心生贪著。 忆彼栖所 竟为母胎。
设因畏惧 逃避中有 可怖相状。 任择栖所 或择母胎 隐匿不出。
自必取得 下劣生身 受诸苦难。 上来情景 不啻显示。 恶鬼夜叉
横加滞难 阻生善土。 此时亦有 甚深妙法。 谛听导示 注意勿忘。
此时若有 追命恶鬼 自后迫逐。 种种恐怖 于焉生起 立即观想
无上裸身 (大黑天王) 马头明王 金刚手尊。 或竟观想 素所供奉
护佑之尊。 圆满庄严 身肢俱伟 怒容可怖。 将彼恶鬼 一一摧灭。
一刹那顷 观想成就。 藉有恩波 藉有威力 追命恶鬼 不敢近身。

于是尔得　从容择胎。　此为重要　微妙法门。　信持在心　勿得忘失。
尊贵佛裔。　禅那诸佛　菩萨诸尊　所现相状　等持之力。　至于饿鬼
某类恶魔　乃系亡魂　经历中有　心念变易。　身随心变　保持不失
顿成饿鬼　恶魔罗刹。　具有神变　易形之力。　一切饿鬼　上下空间
稠密充塞。　并有恶鬼　八万种类。　均属中有　意生之身。　变易心念
遂具此体。　此时若忆　大手印法　入定观空　最为上乘。　若未习此
推究一切　如幻不实。　此并不能　心毋为动。　一意观想　护佑之尊
圣观自在。　自能证得　报身佛道。

迁识往生　人道转生　两法门中　任择其一

尊贵佛裔。　设因业力　必须入胎。　今当详说　择胎妙法　谛听勿忘。
尔所见胎　任为何种　尔不应入。　追命恶鬼　若迫令入。　即应观想
马头明王。
尔既赋有　漏通神力。　受生处所　各有幻境。　一一现前　善自辨识
善自选择。
迁识往生　佛国净土　或择不净　人道胎门。　两法门中　任择其一。
成就之道　详示如次。

迁识往生　佛国净土

佛国乐土　往生法门　观想如次。
“余何苦哉。　无始劫来　以迄今日　沦转生死　苦海之中。　余何痛哉。
迄仍未悟　识我不二。　未能解脱　转成佛道。　今于轮回　已生嫌恶。
可怖可厌　时机已至　亟应舍离。　此后誓当　勇往直前。
求生西方　极乐世界。　虔诚祈求　弥陀如来。　佛力加被　莲花化生。”
如是观想　坚持尔愿　往生彼土。　或愿往生　最胜乐土　或愿往生
不退转土。　或愿往生　无上妙行。　成就乐土　或愿往生　无量莲花
光焰国土。　早夕得亲　净莲花生。　或愿往生　任何佛土。　坚持尔愿
一心不乱　自能感应　立生彼土。
或愿往生　亲史内院　亲近弥勒　亦当同此　坚持尔愿。　心作思维
虽处中有　时机已熟。　我今当生　亲史内院　亲见慈尊。
佛力加持　投入莲胎　花开见佛。

转生人道　复入尘世

迁识往生　若不可能　尔并喜欲　投入人胎。　或因业力　必须入胎。
今将导示　选择非净　轮回胎门　甚深妙法。　谛听勿忘。
以尔漏通　周察四洲。　见有佛法　应即往生。
身若出自　坎离和合。　鼻触香味　即为吸引。　黏附坎离　胎中受生。
此时所起　任何景象。　于彼景象　勿视为实。　勿生喜爱　勿生憎恶
善胎自得。　具愿往生　极为重要。　此际心述　尔愿如次。
“余当生为　世间之王。　或为梵门　伟大犹如　娑萝之树。　或生瑜伽
行者之门。　或生世系　净无玷瑕。　或生家族　信奉圣教。　如是受生
具足福报　利乐众生。”

如是思维　如是具愿　始入胎门。　同时发射　恩波净光　加持其胎
观想入时　转成天宫　敬信十方　诸佛菩萨　护佑诸尊。　尤为重要
圣观自在　慈恩加持　恳切祈求。　择胎之际　舛失难免。　盖因业力
善胎辄被　认作恶胎　恶胎间亦　误为善胎。　今再导示　重要妙法。
谛听如下。　纵令胎善　勿起贪爱。　如为恶胎　亦毋憎嫌。　心无爱憎
念离取舍　不生分别　是为妙法。　除彼少数　素习等持　妄念不起。
其余有情　业感积习　不易排除。
亡者设未　舍弃爱憎　既无宿慧　恶业又重。　必致落入　畜生道中。
纵生人道　心性如畜。　再呼其名　示令避免。
尊贵佛裔。　设尔未能　舍离爱憎。　或尔不悟　择胎妙法。　任何景象
现于尔前。　祝告三宝　敬求皈依　虔诚祈祷　圣观自在　昂首前行。
善自了知　已落中有。　身后所遗　子女眷属　已非所有。　贪恋之念
应即遣除。　进入天道　白光途径。　或趋黄光　重生人道。　见彼宫殿
象室庄严。　见彼园林　赏心悦目。　径入其中　不须顾虑。
反复念诵　上文七次。　然后举诵　“虔请诸佛　菩萨偈文”。　“祈护中有
险难偈文”。　“六种中有　警策偈文”。　“护免中有　恐怖愿偈。”
以上四偈　各诵三遍。　然后殿以　“五蕴之身　解脱灵咒”。　“常诵自度
仪轨法颂”。

最后结述

诵念教法　如属得当。　瑜伽行者　智力进展　命终之时　迁移灵识
奏效极巨。　不须经历　中有境界。　将由伟大　直上途径　顿证法身。
密法修习　成就较次。　如在亡后　实相中有　藉是教法　辨认明光。
亦由斯径　证取报身。　成就更次。　亡后二周　实相中有　安乐忿怒
诸尊现前。　各依功候　各依根器　一一得度。　此中关捩　历历可数。
何处证悟　何处得度。　根器滞钝　恶业障重　一再下沉　投生中有。
敦法多门　逐步导示　如登梯级。　任何一步　当得了悟　超脱生死。
即彼业重　根器极劣　不能辨识　恐怖横生。　经示种种　闭塞胎门
择胎方法。　任择一法　当能领悟。　依法观想　佛力加持　转劣为胜
纵具恶根　心性似畜　一心皈依　能免诸苦。　并获圆满　具足八胜
人身利荣。　复在后有　得值大德　上师说法　如愿超脱。
亡者已落　投生中有　得闻教法　善因相续。　犹沟淤塞　疏之使通。
教法之妙　可以概见。
纵有众生　恶业太盛　闻法悟证　亦能得度。　所以然者　盖因此时
安乐忿怒　诸尊接引。　魔王魔军　亦来勾摄。　一闻教法　心随法转
自可得度。　亡者已弃　血肉之体　惟具意身　感应自易。　亡者具有
少分漏通　闻法回忆　顿即领悟　心随法转。　此时诵法　具大功用。
譬诸弩炮　发石中鹄。　如大梁木　百人莫负　设浮水面　任意曳行。
又如驰马　以缰驭之。
亡者遗体　如尚在室。　当傍其体　反复念诵　清晰动听。　迨至血液

黄色分泌 流自鼻孔。此时慎毋 移动其体。欲期诵法 发生效果。
尤当遵守 下列数事。勿为亡者 杀害牲畜。切忌眷属 傍尸哭泣。
尽力布施。修诸功德。
此外应在 亡灵之前 讲解数法 任何经典。教法诵竟 如能继诵
修道次第 尤具灵效。复次平时 朗诵教法 常恒不断。人人记忆
教法文义。一旦命尽 死象已著。弥留之际 应自背诵 深味其义。
精力已尽 则由友伴 为之朗诵 栩活动听。自能得度 真实不虚。
教法之妙 不藉禅定 不假修法 一度阅读 亦将超脱。如是妙法
读者闻者 均可得度。恶业障重 亦藉教法 秘密加持 解脱生死。
是以教法 语句文义 切应记忆。七獒吠逐 亦勿忘失。
藉是妙法 命终证果。三时诸佛 择法应机 无逾于此。中有闻教
得度密法 至是已竟。

中有闻教得度密法附录

本书原稿之末。紧接正文。有偈文十三页。为木刻本所无。应用之时卒能背诵。译出如下。

(一)虔请诸佛　菩萨偈(即：祈请诸佛菩萨加被偈)

常住十方 诸佛菩萨。大慈大悲。具足漏通 慧眼观照。慈佑有情
悲愿不舍。降临享受 方便献供 心观供养。慈悲诸尊 具一切智
具有悲愿 具足圣行。护恃有情 无量无边 不可思议。慈悲诸尊。
有情(某某)。出生入死 弃绝尘寰 险难当前。无伴独行 孤苦无极。
无护无佑 无助无依。离乡别井 日暮途穷。如入重雾 如坠悬崖
亦如奔林。业力追逐 如落大荒 如漂大海。业风吹荡 身不能停。
间为仇执 间遇恶鬼。阎摩使者 望之可怖。业感生死 循环不已。
挣扎力尽 颠沛堪怜。
慈悲诸尊。有情(某某)。无护无恃。恳祈悲悯 垂救护持。慈恩加被
如护爱子。助之消除 中有愁苦。遮止业风 遮离恶鬼。安全拯出
中有险境。
慈悲诸尊。不舍悲悯 不舍宏愿。护之知之 勿趋诸苦。诸佛菩萨
普惠加被 摄以光钩。勿任沦入 业感苦趣。敬恳三宝 恩垂加被。
护离中有 无尽痛苦。
主法唱导 众人随念 至极虔诚 反复三遍。

(二)祈护中有　险难偈文(即：祈求护免中阴险难善愿偈)

十方三世 诸佛菩萨。普贤如来 安乐部尊 忿怒部尊 海会胜众
上师诸天 空行天母。慈悲垂听。敬礼上师 天母之众 垂悯导引。
不悟幻妄 沦入生死。愿傍光明 闻思修道。灌顶上师 导引在前。

诸部佛母　护佑于后。　惟愿拯离　中有险难。　惟愿证得　圆满佛果。
嗔恚为因　沦入生死。　大圆镜智　炳然照耀。　金刚萨埵三　导引在前。
蓝衣佛母(按：此处应更正为“佛眼佛母”。)护佑于后。　惟愿拯离　中有险难。
惟愿证得　圆满佛果。　骄慢为因　沦入生死。　平等性智　炳然照耀。
宝生如来　导引在前。　慧眼佛母(按：此处应更正为“佛母玛玛基”。)护佑于后。
惟愿拯离　中有险难。　惟愿证得　圆满佛果。　贪欲为因　沦入生死。
妙观察智　炳然照耀。　弥陀如来　导引在前。　白衣佛母　护佑于后。
惟愿拯离　中有险难。　惟愿证得　圆满佛果。　嫉妒为因　沦入生死。
成所作智　炳然照耀。　不空如来　导引在前。　救苦度母(按：此处应更正为“贞信度佛母”或“绿度母”)护佑于后。　惟愿拯离　中有险难。　惟愿证得
圆满佛果。　无明为因　沦入生死。　法界智光　炳然照耀。　大日如来
导引在前。天空佛母(按：此处应更正为；金刚虚空佛母”。)　护佑于后。惟愿拯离
中有险难。　惟愿证得　圆满佛果。
幻妄深执　沦入中有。　愿旁光明。　恐怖消除。　忿怒诸尊　导引在前。
大忿怒母　护佑于后。　惟愿拯离　中有险难。　惟愿证得　圆满佛果。
积习为因　沦入生死。　俱生智光　炳然照耀。　勇武持明　导引在前。
空行天母　护佑于后。　惟愿拯离　中有险难。　惟愿证得　圆满佛果。
惟愿空大　勿起为敌。　惟愿亲见　蓝光佛土。
惟愿水大　勿起为敌。　惟愿亲见　白光佛土。
惟愿地大　勿起为敌。　惟愿亲见　黄光佛土。
惟愿火大　勿起为敌。　惟愿亲见　红光佛土。
惟愿风大　勿起为敌。　惟愿亲见　绿光佛土。
惟愿霓光　勿起为敌。　惟愿亲见　一切佛土。
惟愿中有　一切音声。　如实了知　惟为自音。
惟愿中有　一切光焰。　如实了知　惟自光焰。
惟愿三身　真实自性。　中有境内　如实辨证。

(三)六种中有　警策偈文(即：六种中阴境界根本警策偈)

处胎中有　境象现前。　精进修持　懈怠当舍。　心住实相　闻思修道。
色心自性　悟证三身。　一度获得　暇满人身。　刹那不懈　免虚此生。
睡梦中有　境象现前。　长睡如尸　无明当舍。　愿识安住　本然之境。
睡梦自性　神变明光。　勿效畜类　慵懒可鄙　观梦禅定　双修堪贵。
禅定中有　境象现前。　散乱妄念　悉当排除。　久住等持　心不散驰。
观想不变　成就坚定。　一心参禅　无作无念。　邪缘愚痴　勿来相扰。
命尽中有　境象现前。　贪著爱欲　劣意应舍。　惟愿契合　正觉光明。
惟愿证入　无生法忍。　血肉之体　此时应舍。　了知此身　非常虚幻。
实相中有　境象现前。　一切现象　恐怖当除。　任何幻相　自识所变。
中有形相　惟幻不实。　千钧一发　正在此时。　安乐忿怒　识幻何惧。
投生中有　境象现前。　一心具愿　坚持勿失。　善业相续　精进无间。
惟愿胎闭　憬悟不入。　努力随喜　令为其时。　观想双身　弃绝爱憎。

大限已至　何犹踟蹰。所为无益　徒负此生。时机消失　何得谓智。
如入宝山　空回堪嗟。既知佛法　为尔所需。于彼教法　何不修习。
偈文结示
大成就师　曾作开示。上师传法　不善忆恃　无异自害　学人应戒。
基本偈文　重要须知。

（四）护免中有　恐怖愿偈(即：祈求护免中阴恐怖善愿偈)

余今已届　报尽之时。生前眷属　于我无益。孑然一身　徘徊中有。
安乐忿怒　诸尊垂悯　无明愚昧　消除无余。舍离亲爱　孑身徘徊
所见幻相　自识变现。惟愿诸佛　慈恩加被。威力解除　中有恐怖。
五智之光　炳然照耀。愿无恐怖　证为自体。安乐忿怒　诸尊显现。
得悟中有　幻相无惧。
恶业力重　备尝诸苦。安乐忿怒　消灾除苦。实相之声　千雷隆隆。
愿悉转成　大乘法音。
业障缠身　无怙无恃。安乐忿怒　诸尊护佑。业障结习　备受诸苦。
明光等持　现临我前。
投生中有　迁识往生。天魔邪光　愿毋临前。具愿往生　任何乐土。
愿得消除　业幻恐怖。
荒野猛兽　吼声可怖。愿得转成　六字大明。雨雪交加　风雾狂卷。
当藉天眼　智光烛照。
中有共业　一切有情。各无猜忌　往生胜土。饿鬼饥渴　地狱寒热。
愿得免除　如是苦楚。
未来父母　居室幻相。视同安乐　忿怒双身。随处转生　利乐有情。
获圆满身　具诸相好。
惟愿转生　具得男身　见我闻我　悉令解脱。遮除恶业　毋再追随。
任何福报　其福倍增。
惟愿转生　任何处时。得值安乐　忿怒诸尊。生而能言　生而能行。
智通宿命　善忆前生。
上中下士　菩提道次。见闻思道　无不精邃。任生何处　具大吉祥。
一切有情　均获利乐。
安乐忿怒　庄严妙身。眷属寿命　无边国土。乃至诸尊　圣善佛号。
我与众生　愿同证得。
安乐忿怒　普贤佛光。满净实相　法身恩波。瑜伽行者　密法修持。
几有所愿　无不成就。

书后回向

本书稿本之末，有编集者某喇嘛之回向偈文。　如下列，密义。世人应自卑。独经文巍然在上。　世所共仰。　某喇嘛谨守此义。　不称其名。

今我立意　满分清净　编集教法。藉是善因　惟愿各世　无护无佑
生身之母　同证佛道。妙吉祥光　遍照人道。并愿此书　同致吉祥。
具足福善　我愿圆满。

［Ｇｅｎｅｒａｌ　Ｉｎｆｏｒｍａｔｉｏｎ］
书名＝图解西藏生死书：认识生命轮回与解脱之道
作者＝莲花生大师原著　　达赫释著
页数＝３０３
出版社＝陕西师范大学出版社
出版日期＝２００６年０８月第１版
ＳＳ号＝１１８８３４６９
ＤＸ号＝１６１０００００５０３６４
ｕｒｌ＝ｈｔｔｐ：／／ｂｏｏｋ１．ｄｕｘｉｕ．ｃｏｍ／ｂｏｏｋＤ
ｅｔａｉｌ．ｊｓｐ？ｄｘＮｕｍｂｅｒ＝１６１０００００５０３６４＆
ｄ＝４Ｂ８５４７３９６３９ＢＦ１Ｆ９２Ｂ１Ｃ０ＡＢ７Ａ８８ＣＤＡ
８Ｆ＆ｆｅｎｌｅｉ＝０２１５０４０６０６＆ｓｗ＝％ＣＤ％ＢＣ％Ｂ
Ｄ％Ｅ２％ＣＥ％Ｆ７％Ｂ２％Ｄ８％Ｃ９％ＦＡ％ＣＢ％Ｃ０％ＣＡ％
Ｅ９

封面
版权
序：“ 生死 ”命题的另类解读
如何阅读本书
死亡历程的指引地图
ＰＡＲＴ１　打开解脱之门：你必须了解的
１　关于死亡的心灵指导教法：西藏生死书
２　这部经的渊源：莲花生大师与西藏掘藏师
３　这本书所能带给你的：从容面对死亡
４　生命的奇观：中阴与中阴的类型
５　生前、临终、死后：密宗的解脱之道
６　解脱后的成佛之地：净土
７　中阴世界的主角：意识
８　生命中的杂质与中阴世界的最大影响力：业力
９　中阴身的遭遇：光、色、声
１０　死亡路上的神祇：寂静尊、寂忿尊、忿怒尊
ＰＡＲＴ２　死亡的那一刻：临终中阴
１　　临终者家人和诵经者必知：《中阴闻教救度大法》的诵读方法与步骤
２　临终者死前那一刻的第一法文：“ 皈敬文 ”
３　生命结束时：四大分解
４　解脱的良机：第一明光的出现
５　获得解脱必经的秘密通道：生命之风
６　将意识引向净土的最殊胜法门：破瓦法
７　“ 昏迷状态 ”怎能看到明光：临终者的三种意识
８　领悟明光的密技之一：大手印
９　领悟明光的密技之二：空性与心灵的合二为一
１０　领悟第一明光失败后：意识脱离身体进入“ 净幻身 ”状态
１１　解脱的第二次良机：领悟第二明光
１２　领悟第二明光的关键：母子实相的相遇
１３　领悟心念本性的时刻：红白明点在心轮相遇
１４　觉悟死亡的最佳方法：禅定
１５　临终中阴：即身成佛的最佳机会
ＰＡＲＴ３　内在的光芒与晦暗：法性中阴
１　真的死了：开始了七七四十九天的死后历程
２　进入法性中阴前读诵者要做的：对亡灵的重要提示
３　生命元素再一次显现：五蕴与四大的显现
４　法性中阴的幻相：陆续显现的诸神祇
５　第一天的幻相：与大日如来佛父佛母的相遇
６　第二天的幻相：金刚萨埵阿閦如来佛父佛母相遇
７　第三天的幻相：与宝生如来佛父佛母相遇
８　第四天的幻相：与阿弥陀佛父佛母相遇

９　第五天的幻相：与不空成就佛父佛母相遇
１０　第六天的幻相：寂静诸尊的显现
１１　第七天的幻相：诸持明主尊的显现
１２　第八天的幻相：大光荣赫怒迦佛父佛母的显现
１３　第九天的幻相：金刚部赫怒迦佛父佛母的显现
１４　第十天的幻相：宝部赫怒迦佛父佛母的显现
１５　第十一天的幻相：莲花部赫怒迦佛父佛母的显现
１６　第十二天的幻相：业部赫怒迦佛父佛母的显现
１７　　第十三天的幻相：遇见忿怒诸女神
１８　第十四天的幻相：遇见四位守门女神与二十八位瑜伽女
１９　最后阶段的总结：影响中阴处境关键是生前修行
ＰＡＲＴ４　选择，轮回与解脱：投胎中阴
１　进入充满痛苦与折磨的投胎中阴前：对重新具备感官知觉亡灵的三个重要叮嘱
２　超常的本领：神通
３　投胎中阴的考验：七种险境幻相
４　大审判开始了：善恶的冥界审判
５　如何面对审判：一切都是空性
６　面对贪欲与嗔恨念头的态度：心存喜悦与善念
７　轮回六道业力的诱惑：前生身形的微弱，来生身形的明显
８　如何抵制六道诱惑和避免投胎转世：关闭胎门
９　如果无法阻止投胎轮回：教导亡灵慎选胎门
１０　进入轮回的世界：六道景象
１１　不停的逃亡：索命鬼卒催逼入胎
１２　对付索命鬼卒：五种必胜法门
１３　最后的选择：转识前往清净佛土
１４　真的要投胎了：审慎选择胎门
１５　入畜生道时怎样转生人道：逆转情势的最后法宝
１６　总结一：根器差别的六种解脱层次
１７　总结二：聆听是获得解脱的关键
１８　总结三：给亡灵家属和读诵者的最后嘱托
ＰＡＲＴ５　附录
《中有闻教得度密法》原文